सावधान—हमसे जहाँ तक कोशिश हो पाई, पुस्तक ठीक तरह से छापी है, फिर भी गलती रह जानी कोई वडी वात नहीं है। मैटर सम्वन्धी किसी विशेषज्ञ से परामर्श लेकर ही कार्य करें। पब्लिशर्स, प्रेस, लेखक एव प्रेस कर्मचारी किसी तरह से कतई जिम्मेदार नही होगें।

●

प्रकाशक .
देहाती पुस्तक भण्डार,
चावडी वाजार, दिल्ली—६

●

कविराज जगन्नाथ शास्त्री

●

●

मूल्य 12 00
विदेश मे पौंड 2 £

●

मुद्रक
आर० के० प्रिंटर्स,
कमला नगर, दिल्ली—७

विषय-सूची

बड़ा

घर का वैद्य

प्रत्येक घर मे आसानी से प्राप्त होने वाली साधारण सामग्री द्वारा साधारण और असाधारण रोगो का आसान इलाज मानो यह पुस्तक घर का डाक्टर है ।

गेहूँ उपचार

● काली खाँसी—जुलाई 1967 मे मेरे पाचो बच्चो को काली खाँसी की शिकायत हो गई । परन्तु निम्नलिखित नुस्खा तैयार करके उपयोग कराने से सब बच्चे स्वस्थ हो गए—

गेहूँ का निशास्ता, कीकर की गोद, अफीम (विशुद्ध), सत् मुलेठी—सब बराबर वजन कूट-पीस कर पानी द्वारा मोठ के बराबर गोलियाँ बना लें । एक वर्ष से दो वर्ष तक के बच्चे को एक गोली प्रात एक साय दें । दो से चार वर्ष तक के बच्चे को दो गोली प्रात व साय, चार से आठ वर्ष के बच्चे को तीन या चार गोली प्रात. व साय जल के साथ दें ।

खटाई तथा तेल की वस्तुओ से परहेज करवाएँ ।

—सूबेदार सुन्दर सिंह

गेहूं-क्षार एक रामबाण दवाई

दाने पृथक् करने के पश्चात् गेहू के पौधो को जलाकर राख करें और इस राख को चार गुना पानी मे भिगोकर कपडे में से छान कर रखें। जब पानी निथर जाए और मैल नीचे बैठ जाए तो निथरे हुए पानी को सावधानी से पृथक् करके लोहे की कडाही मे डाल कर आच पर पकाएँ। जब पानी सूख जाए तो कडाही को आच पर से उतार ले और इसमे लगी हुई सफेद चीज को खुरच कर बारीक पीसें और कपडे मे से छान कर शीशी मे रखें—यह गेहूं का क्षार है।

● बवासीर—एक-एक ग्राम गेहू का क्षार प्रातः व साय ताजा जल के साथ खाने से खूनी बवासीर ठीक हो जाती है।

गेहू के क्षार को दुगने मक्खन मे खरल करके बवासीर के मस्सो पर लगाना लाभदायक है।

● अफारा—गेहू-क्षार एक ग्राम गरम जल के साथ सेवन करने से अफारा दूर हो जाता है।

● जिगर विकार—एक-एक ग्राम गेहू का क्षार प्रातः गाय की छाछ के साथ और साय ताजा जल के साथ सेवन करना तिल्ली और जिगर विकार मे लाभदायक है।

● दमा—एक-एक ग्राम गेहू-क्षार स्वभावानुकूल रोगी को गरम या ताजे जल के साथ प्रात व साय सेवन कराने से दमे को दूर करता है।

● पत्थरी—एक-एक ग्राम गेहू का क्षार प्रात व साय जल के साथ सेवन करने से पत्थरी दूर हो जाती है।

● पेट के कीड़े—एक-एक ग्राम गेहू का क्षार प्रात. गाय की छाछ और साय ताजा जल के साथ खिलाने से पेट के हर प्रकार के कीडे दूर हो जाते हैं।

● वायुगोला—एक-एक ग्राम गेहू-क्षार प्रात और साय गरम जल से सेवन करें, इससे वायुगोला ठीक हो जाता है।

सुजाक—एक-एक ग्राम गेहू का क्षार प्रात व साय गरम जल से सेवन करने से सूजाक दूर हो जाता है—इसी प्रकार सेवन करने से रुका मूत्र खुल कर आने लगता है।

● खासी—गेहू का क्षार एक भाग, गुड दो भाग—दोनो को मिलाकर एक-एक ग्राम की गोलियाँ बन लें। एक-एक गोली दिन मे दो-तीन बार मुह मे रखकर चूसने से खासी दूर हो जाती है।

● बदहजमी—गेहू क्षार एक भाग, सोठ दो भाग—दोनो को बारीक पीस कर कपडे मे छान लें। एक-एक ग्राम दिन मे तीन-चार बार तनिक गरम जल के साथ सेवन करने से बदहजमी दूर हो जाती है। यदि पेचिश हो और इसमे खून आता हो या आव आती हो तो भी इसी प्रकार सेवन करें।

● आँखो की लाली—अर्क गुलाब 32 ग्राम मे गेहू-क्षार दो रत्ती घोल कर रखें। दिन मे दो-तीन बार इसकी दो-दो बूंद आँखो मे डालने से दुखद नेत्रो को ठीक करता है। इससे घाव, खुजली, दर्द और लाली तुरन्त ठीक हो जाते है।

● क्षीण दृष्टि—गेहू-क्षार एक भाग, काला सुरमा पाँच भाग—दोनो को एक सप्ताह तक नीबू के रस मे खरल करें। प्रात व साय इसे आँखो मे लगाने से नज़र की कमजोरी दूर हो जाती है।

● दत मजन—गेहू-क्षार, हरड और बहेडा आवला (गुठली निकाल कर) सब बराबर वजन (चारो पचास-पचास ग्राम) लेकर बारीक पीसें और कपडे मे छानें। इसे मजन के रूप मे प्रात व साय उगली के साथ दातो और मसूडो पर लगाएँ और दस मिनट पश्चात् ताजा या उष्ण जल मे मुह साफ करें। यह दातो का मैल, मुह की दुर्गन्ध, जबान के छाले, मसूडो से खून आना, मसूडो का फूलना या पीप इत्यादि कष्टो को दूर करता है।

● पीडा—गेहू-क्षार और नौसादर बराबर वजन बारीक पीस कर रखें। गरम दूध या ताजा जल के साथ चार रत्ती सेवन करने से शरीर के किसी भाग मे भी पीडा हो, आराम आ जाता है।

● मलेरिया—मलेरिया (मौसमी बुखार) मे एक ग्राम गेहू-क्षार पानी के साथ खिलाएँ—बुखार उतर जाएगा।

सावधान गेहू-क्षार का निरतर सेवन पुरुषों के पुरुषत्व तथा स्त्रियो की छातियो को कमजोर कर देता है। इसका सेवन कभी-कभी और औषधि के रूप मे ही होना चाहिए।

नमक-उपचार

शायद आपने कभी न सोचा हो कि साधारण दैनिक प्रयोग मे आने वाले नमक, जिसके कम और अधिक होने पर भोजन करने मे मजा ही नही आता, मे और कितने गुण छिपे हैं कि जिन्हे यदि हर समय ध्यान मे रखा जाए तो डाक्टर की कितनी फीसो से बच सकते हैं—

● **आई लोशन (आँख की दवा)**—अर्क सौफ बढिया आठ ग्राम मे शीशा नमक छ ग्राक बारीक पीसकर अच्छी तरह मिला लें और शीशी मे बंद रखें, प्रात व साय दो-दो बूंदे आँखो मे डालने से सुर्खी, धुंध, जाला, आँखो से पानी बहना आदि रोगो को दूर करता है।

● **कान-दर्द**—साठ ग्राम लाहौरी नमक (सफेद) 250 ग्राम पानी मे बारीक पीसकर मिलाए। जब बिल्कुल घुल जाए तो इसमे 120 ग्राम तिल्ली का तेल मिलाकर धीमी आच पर पकाएँ। जब पानी जलकर केवल तेल बच रहे तो उतारकर रख दें। दो-तीन दिन मे तेल ऊपर आ जाएगा। इसे निथार-कर शीशी मे रख लें। दो बूंद गुनगुना करके कान मे टपकाएँ, तीव्र से तीव्र दर्द भी तुरन्त बद होगा। कान बहने मे भी लाभदायक है।

● **पेट के कीडे**—नमक बारीक चार ग्राम प्रात. गाय की छाछ मे फाक लिया जाए, तो कुछ ही दिनो मे कीडे मर जाते हैं।

● **सुरमा मोतीयाबिन्द**—लाहौरी नमक चमकदार पन्द्रह ग्राम, कूजा मिश्री तीस ग्राम—दोनो को खरल मे डालकर सुरमा बनाए। इसका इस्ते-माल प्रारम्भिक मोतियाबिंद मे अति लाभदायक है। इसके अतिरिक्त यह सुरमा धुंध, जाला, फूला इत्यादि के लिए भी अति गुणकारी है।

● **मेदा-विकार**—एक सज्जन की एक वर्षीय बच्ची काफी देर से बीमार थी। कभी दस्त हो जाते थे, कभी पेचिश और कभी कब्ज—यानि मेदे और

पेट से सम्बन्धित बीसियों रोग अपने पंजे गाड़े थे। हर प्रकार के इलाज, डाक्टरी तथा यूनानी, हो रहे थे परन्तु बच्ची दिनों-दिन कमज़ोर और निढाल हो रही थी। निदान रोगी की यह स्थिति हो गई कि उसे भूख बिल्कुल नहीं लगती थी, और यदि कभी कुछ खा भी लिया (चाहे यह कितनी हल्की खुराक हो) दस्तों के रूप में निकल जाता था। इस तरह बच्ची मरियल-सी हो गई और हड्डियां-ही-हड्डियां दिखाई देने लगीं।

संयोगवश एक अस्सी नब्बे वर्षीय बुढ़िया से सम्पर्क हुआ। उसने बताया कि बच्ची को मेदा विकार की शिकायत है। जब तक मेदा ठीक नहीं होगा, बच्ची स्वस्थ नहीं होगी। फैसला किया गया कि बच्ची को तीन ग्राम काला नमक एक चम्मच पानी में पकाकर दिया जाए जो कि तुरन्त दे दिया गया। यह देखकर सभी हैरान रह गए कि ऐक मामूली-सी चीज़ ने ऐसा असर किया कि दस्त आदि बन्द हो गए और हाज़मा ठीक होने लगा। बच्ची धीरे-धीरे स्वस्थ होने लगी और वह अब तक पूर्ण स्वस्थ है।

औषधि मात्रा—आयुनुकूल तीन ग्राम से छः ग्राम तक—यदि बच्चों को मास दो मास पश्चात् मेदे और पेट की दोबारा शिकायत हो जाए तो दोबारा दे दें।

पाठकों से निवेदन है कि वे एक बार काले नमक का प्रयोग करके देखें तो सही कि कैसे अद्भुत प्रभाव प्रकट होते हैं।

● अमृत-चूर्ण—एक समय से ऐसे नुस्खे की आवश्यकता अनुभव की जा रही थी कि जो प्रत्येक रोग के लिए लाभदायक सिद्ध हो सके। इस समय तक अमृतधारा, सुधासिंधु, आबेहयात, अर्क काफूर, चश्माए शफा इत्यादि कई औषधियां ईजाद हो चुकी हैं जो अकेली ही कई रोगों में काम आती हैं। परन्तु वे सब प्रायः तेल या अर्क के रूप में ही मिलती है, और शीशी टूटकर औषधि बेकार हो जाने का भय बना रहता है। परन्तु यहाँ एक ऐसा अद्भुत फार्मूला दिया जा रहा है जो अपने प्रभाव के कारण उपरोक्त औषधियों से किसी प्रकार भी कम नहीं है और खूबी यह है कि औषधि चूर्ण के रूप में तैयार होती है और साथ ही इसकी मात्रा भी केवल एक रत्ती-भर है। स्वाद में इतनी बढ़िया कि बार-बार खाने को मन चाहे।

इसकी पहली खूबी यह है कि अपने अदभुत प्रभाव से मेदे को मल से साफ करके मन्दाग्नि को तेज कर देती है। खाया-पिया खूब पचता है और नया खून पैदा होता है।

इसी प्रकार मितली, कै, खट्टी डकारें, पेट का भारी रहना, जिगर की कमजोरी, तिल्ली, वायु गोला, दमा-खांसी, नजला और मलेरिया के लिए उपयोगी है। इसके अतिरिक्त सिर-दर्द और दांत-दर्द मे तथा विषैले जीव-जन्तुओ के काटने पर भी लाभदायक है—अर्थात् सिर से लेकर पांव तक के सभी रोग विभिन्न तरीको से दूर होते है। गृहस्थियो को चाहिए कि यह अमृत-चूर्ण बनाकर घर मे सुरक्षित रखें और आवश्यकता पडने पर घरेलू रोगो का उपचार इसी औषधि से करके डाक्टरो और हकीमो के भारी बिलो से बचें। नुस्खा यह है :

काला नमक तीस ग्राम, शुद्ध नौसादर पन्द्रह ग्राम, धतूरे के बीज आठ ग्राम, काली मिर्च दो ग्राम और सत पुदीना (क्रिस्टल) दो रत्ती।

सब चीजो को बारीक पीसकर मिला लें। यदि रंग बदलना हो तो पन्द्रह ग्राम हुरमची या बाजारी कुश्ता फौलाद जो प्राय अंग्रेजी औषधि विक्रेताओं से सस्ते दामो मे मिल जाता है, शामिल कर लें, बस औषधि तैयार है।

सेवन-विधि—प्राय यह औषधि केवल जल के साथ ही सेवन की जाती है। परन्तु कई रोगो मे इसे विभिन्न तरीको से भी काम मे लाया जाता है। दांत-दर्द मे और विषैले कीडे के काटने पर इसे मलना चाहिए। आधे सिर के दर्द मे इसे सूंघना चाहिए, बुखार की हालत मे कब्ज दूर करके अर्क अजवाइन के साथ देने से पसीना आकर बुखार उतर जाता है। इसी प्रकार अनुभवी और समझदार चिकित्सक इसे प्रत्येक रोग मे उचित तरकीब से इस्तेमाल करवा सकता है।

● **थकी आंखो के लिए**—जब त्वचा मे काफी तरावट नही रहती तो यह ढीली पड कर आंखो के आस-पास झुर्रियां पड जाया करती है। इसके लिए तो लम्बा इलाज है परन्तु दिन-भर काम करने के पश्चात् आंखो के गिर्द जो गढे पड जाते हैं, उनके लिए नमक का उपयोग लाभदायक है। इसकी विधि यह है कि साधारण नमक का एक चम्मच आधा गिलास बहुत गर्म

पानी मे घोल लें। फिर एक वडी सी कपड़े की गद्दी वना लें और इसे नमकीन पानी मे डुवोएँ, तनिक निचोडें और आँखें वन्द करके इसको ऊपर रख लें। इस गद्दी को उस समय तक रखना चाहिए जव तक कुछ ठण्डी न होने लगे। इसके पश्चात् फिर इसी प्रकार डुवोकर, निचोड कर, आँखो पर रखें। तत्पश्चात् कोई ठण्डी क्रीम आँखो के इर्द-गिर्द मिलें। नाक के सिरे से उगलियाँ चलाकर हल्के-हल्के आँखो के पपोटों पर लाए और फिर वहाँ से नथने से तनिक ऊपर घुमाकर लाएं। क्रीम को अव पोछ दें। हमेशा ऊपर के पर्दे पर हल्की-सी क्रीम लगाया करें ताकि दीर्घायु मे आखो के गिर्द झुर्रियाँ न पड़ें और त्वचा मे कालिमा ना आये, क्योकि यह दोनो लक्षण वडी उम्रके हैं।

● **विच्छू काटे का इलाज**—विच्छू के डक मारने का स्थान तनिक कठिनाई से मिलता है। विशेपकर रात्रि के समय विल्कुल पता नही लग सकता। और जव तक ठीक डक के स्थान पर दवाई न लगे तव तक अच्छी से अच्छी दवाई भी लाभ नहीं करती। यहाँ एक ऐसी दवाई दी जाती है जिसे केवल आँखो मे डालने से एक सैकड मे विप उतर जाता है, और मजे की वात यह कि इस पर कुछ खर्च भी नही होता। वनाकर मुफ्त वाँटिए, पुण्य होगा। यह नुस्खा अठारह वर्प हुए एक साधु ने वताया था, कई वार प्रयोग किया गया, कभी विफल नही गया।

लाहौरी नमक पन्द्रह ग्राम और स्वच्छ जल पचहत्तर ग्राम मिलाकर रख लें, वस दवाई तैयार है। जिसे विच्छू काटे उसकी आँखो मे सलाई से लगाएँ। जितना भी विप चढा होगा तुरन्त उतरना शुरू होगा और कुछ मिनटो के भीतर ही डक के स्थान पर भी दर्द न रहेगा।

● **मलेरिया का सफल इलाज**—किसी को प्रतिदिन या चौथे दिन सर्दी लगकर वुखार हो जाए तो यही समझना चाहिए कि रोगी को मलेरिया वुखार है।

मुझे एक सुप्रसिद्ध और अनुभवी वैद्य ने वताया कि मलेरिया का इलाज एक अत्यन्त साधारण-सी वात है, इसकी दवाई इतनी सस्ती है कि गरीव-से गरीव व्यक्ति भी इससे आसानी से लाभ उठा सकता है। यह दवाई है नमक का उपयोग। पहले तो मुझे उनके इस परामर्श पर अचम्भा-सा हुआ

और उनकी बात का विश्वास भी न हुआ। परन्तु उनके परामर्शानुसार नमक का उपयोग करने से मलेरिया के रोगियों को ठीक करने में निश्चयपूर्वक प्रतिशत सफलता मिली।

सेवन-विधि—प्रतिदिन इस्तेमाल में लाए जाने वाले साफ नमक को साफ-सुथरी लोहे की कड़ाही या तवे पर तरह अच्छी भून लिया जाए, इतना कि वह भूरे रंग का हो जाए। बच्चे के लिए आधा और जवान व्यक्ति के लिए पूरा चम्मच यह नमक लेकर एक गिलास पानी में उबाल लेना चाहिए। जब नमक पानी में भली प्रकार घुल जाए तो रोगी को पीने योग्य यह गर्म पानी उस समय पिला देना चाहिए जबकि उसे बुखार न चढ़ा हो। इससे नब्बे प्रतिशत रोगियों को दोबारा बुखार चढ़ेगा ही नहीं। और यदि किसी कारण बुखार न उतरे तो नमक का यही इलाज दोबारा करें। तीसरी मात्रा की नितान्त आवश्यकता नहीं पड़ेगी। हाँ, रोगी को सर्दी से बचाने की ओर अधिक ध्यान देना चाहिए।

यूरोप के डाक्टर ब्रोक का कहना है कि जब मैं हंगरी और दक्षिणी अमरीका के प्रान्तों में घूमता था तब मलेरिया बुखार दूर करने के लिए नमक का यह नुस्खा बड़ी सफलतापूर्वक उपयोग किया करता था।

इस दवाई का वास्तविक लाभ भूखे पेट सेवन करने से ही होता है, इसलिए इसका हमेशा खाली पेट ही सेवन करना चाहिए। पिछले अठारह वर्षों में सैकड़ों रोगियों पर इस नमक का प्रयोग मैं कर चुका हूँ। जिन लोगों ने नियमानुसार इस दवाई का सेवन किया और उचित परहेज रखा उनमें से शायद ही कोई रोगी निराश हुआ हो। इस साधारण विधि से हजारों रोगियों को स्वस्थ लाभ हुआ है।

● बेमिसाल सुरमा—लाहौरी नमक के चमकदार और साफ टुकड़े लेकर खूब बारीक पीस लें, यही बेमिसाल सुरमा है। आँखों में फुंसियाँ हों, पानी बहता हो, फूला हो (परन्तु फूला चेचक का न हो) इस सुरमे का उपयोग कीजिए, सारे कष्ट भाग जाएँगे।

● दर्द और जलन—बिच्छू, विषैली मक्खी और भिड़ इत्यादि के डंक पर जरा-सा पानी लगाकर बारीक पिसा हुआ नमक रगड़ने से दर्द और जलन बंद हो जाती है और सूजन नहीं होती।

● सिर-दर्द—जिस व्यक्ति के सिर में दर्द हो उसे एक चुटकी नमक जबान पर लेना चाहिए और दस मिनट पश्चात् एक गिलास ठण्डा पानी पीना चाहिए, सिर दर्द दूर हो जाएगा।

● नजला-जुकाम—सफेद नमक शहद में गोंद कर और कपड़े में लपेट कर तथा ऊपर मिट्टी लगाकर आग पर रखें। मिट्टी सुर्ख हो जाए तो नमक को अन्दर से निकाल कर पीस लें। एक ग्राम रोजाना प्रात या भोजन के पश्चात् पानी से सेवन करना जुकाम-नजला, वायु और जोड़ो के दर्द के लिए लाभदायक है।

● बंद मासिक धर्म—बच्चा होने के पश्चात् ठण्डी हवा या ठण्डे पानी के इस्तेमाल से गंदे खून का बाहर निकलना बन्द हो जाता है इससे पेट में तीव्र पीडा और अफारा हो जाता है तथा योनि के ऊपर एक गाँठ-सी पैदा हो जाती है, मूत्र बिल्कुल रुक जाता है या थोडा-थोडा आता है। कई बार गन्दे खून के रुक जाने से टांगो में तीव्र पीडा होती है। ऐसी अवस्था में डेढ-डेढ ग्राम नमक गर्म पानी के साथ दिन में तीन बार खिलाएँ, इससे गन्दा खून दोबारा जारी होकर निकल जाता है।

नमक और चीनी उपचार

● सेंधा नमक एक भाग, देशी चीनी चार भाग—दोनो बारीक पिसे हुए तीन-तीन ग्राम प्रात., दोपहर और सायं गर्म पानी के साथ सेवन करें—मलेरिया या मौसमी बुखार पसीना आकर उतर जाता है और फिर नही चढता।

● गर्म दूध के साथ प्रात व सायं तीन-तीन ग्राम खिलाएं। नजले और जुकाम को आराम देता है।

● खाना खाने से दस मिनट पहले या दस मिनट पश्चात् ताजा पानी के साथ गर्मियो के मौसम मे, और गर्म पानी के साथ तीन ग्राम सर्दियो में सेवन करना बदहजमी और भूख की कमी को दूर करता है।

● सौ-सौ ग्राम गर्म पानी मे तीन-तीन ग्राम मिलाकर दिन मे चार बार चार-चार घण्टे के पश्चात् मिलाना दमे मे हितकर है।

● पाच-पाँच ग्राम प्रात, दोपहर और साय गर्म पानी के साथ खिलाना वायुगोला को दूर करता है। इसी प्रकार सेवन करने से अफारा और पेट का गडगडाना भी दूर हो जाता है।

● गर्म दूध या ताजा पानी के साथ प्रात व साय तीन-तीन ग्राम खिलाने से पसीने का अधिक आना दूर हो जाता है।

● बकरी के गर्म दूध के साथ चार-चार घटे के पश्चात् चार-चार ग्राम खिलाना आरम्भिक तपेदिक मे लाभदायक है।

मिर्च-उपचार

कोई वस्तु हो, दोष के साथ उसमे गुण भी होते हैं। एक अच्छी कही जाने वाली वस्तु भी अनुचित ढग मे उपयोग की जाने पर हानिकारक तथा बुरी मानी जाने वाली वस्तु उचित ढग से उपयोग करने पर लाभदायक सिद्ध होती है। मिर्च पर भी यही चरितार्थ होता है।

कोई रोग और कष्ट हो, इसका परहेज बतलाते समय सुर्ख मिर्च का नाम सर्वप्रथम लिया जाता है। परन्तु इतनी बदनाम होने पर भी मिर्च खाने का प्रचार दिनो-दिन बढ रहा है। भारत के कई भाग तो ऐसे हैं कि वहाँ के लोग बिना मिर्च के अपना जीवन ही कष्टदायक समझते हैं। यदि कोई ऐसा व्यक्ति, जो मिर्च खाने का आदी न हो, दक्षिण भारत की ओर चला जाए तो मिर्चों के कारण उसकी जान पर आ बनती है। राजपूताना, मारवाड और उत्तर प्रदेश मे भी मिर्च का भरसक उपयोग होता है।

सक्षेप मे मिर्च के निम्नलिखित उपयोग भी किए जा सकते हैं —

● **एक अनोखी औषधि**—बीज निकाली हुई सुर्ख मिर्च का चूर्ण पन्द्रह ग्राम, रेक्टीफाइड स्पिरिट 450 ग्राम, दोनो को मिलाकर शीशी मे मजबूती से कार्क लगाकर रखें। प्रतिदिन शीशी को हिला दिया करें। पन्द्रह दिन के

पश्चात् स्पिरिट को छान कर रख दें, मैदा फेंक दे—वस रामवाण दवा तैयार हो गई। इसका गुणधर्म निम्नलिखित है —

(1) हैजे के रोगी को दस-दस बूंद एक-एक चम्मच पानी मे मिलाकर जब तक आराम न आए, तब तक आध-आध घंटे पश्चात् पिलाए। 99 प्रतिशत रामवाण है।

(2) जिन लोगो को आवश्यकता से अधिक नीद आती हो, उनको पाँच-पाँच बूंद प्रात व साय पानी मे पिलाएँ।

(3) **बलगमी खांसी** मे रोगी को कुनकने जल मे पाँच-पाँच बून्द मिलाकर दिन में तीन बार पिलाए, अमृत से कम नही।

(4) **बदहजमी और भूख की कमी** मे पाँच-पाँच बूद दोनो समय भोजन से पहले थोडे पानी मे मिलाकर पिलाएँ।

(5) पचहत्तर ग्राम गर्म जल मे दस बूंद मिलाकर पिलाने से अफारा दूर हो जाता है।

(6) **मिर्गी, हिस्टीरिया और पागलपन** के दौरे मे तथा बेहोशी मे इसकी कुछ बूंदे नाक कान मे टपकाने से तुरन्त होश आ जाता है। यह दवाई जोरदार परन्तु हानिहीन है। जब तमाम दवाइया बेकार सिद्ध हो तो इस "तुच्छ" सुर्ख मिर्च को अवसर दीजिए।

(7) हृदय की धडकन धीमी पड गई हो, नाडी कमजोर हो, हाथ-पाँव ठण्डे हो रहे हों—ऐसी अवस्था मे, कारण चाहे हैंजा हो या कोई और रोग, पन्द्रह बूंद, चालीस ग्राम बढिया शराब मे मिलाकर पिलाएँ।

● **कान-दर्द**—तेल तिल पचास ग्राम लोहे की कलछी मे डालकर आँच पर रखें, जब तेल पकने लगे तो इसमे एक सुर्ख मिर्च डाल दें और इसके काला-सा हो जाने पर छान कर शीशी मे रख लें। आवश्यकता के समय इस तेल को गर्म करके कुछ बूंदे कान मे डालें, दर्द तुरन्त बन्द हो जाएगा।

● **दंत-पीडा**—यदि दाढ मे बहुत दर्द हो रहा हो और किसी इलाज ने बन्द न होता हो तो एक खूब पकी हुई लाल मीर्च लेकर उसके ऊपर का डठल और अन्दर के बीज निकाल कर अलग करें और बाकी का भाग पानी के साथ

पीस कर कपडे मे दवाकर रम निकाल लें। इस रस को जिस ओर की दाढ दुखती हो उम ओर के कान मे दो-तीन बूंद टपका देने से दाढ का दर्द तुरन्त दूर हो जाता है। मिर्च का रस कान मे डालने से थोडी देर तक जलन होती है। यदि यह जलन पसन्द न हो तो थोडी-सी शक्कर पानी मे डालकर इसकी दो-तीन वून्द कान मे टपकाने से जलन मिट जाती है।

● **आधे सिर का दर्द**—सात सुर्ख मिर्च लेकर उवलते हुए 150 ग्राम घी मे डालकर जलाएँ। माथे और कनपट्टियो पर इस तेल की मालिश करें। आधे सिर के दर्द के लिए रामवाण है—कान मे दर्द हो, इस तेल की एक वूद डालने से दर्द भाग जाता है।

● **वुखार**—सुर्ख मिर्च और कुनीन वरावर वजन पानी मे खरल करें और चने के वरावर गोलियाँ वना लें। ज्वर आने से एक घटा पहले एक-दो गोली पानी के साथ सेवन कराने से वुखार नही होता। यदि आवश्यकता पडे तो दूसरी वार इसी प्रकार दें।

● **दस्त-मरोड**—लाल मिर्च, हीग और कपूर वरावर वजन पीस कर एक-एक रत्ती की गोलियाँ वना कर सुखा लें। दस्त-मरोड की हालत मे एक से तीन गोली तक प्रतिदिन खाने से आराम आ जाएगा।

● **विषैला डक**—पानी के साथ सुर्ख मिर्च पीम कर विच्छू के काटे स्थान पर लगाने से विष दूर हो जाता है। वावले कुत्ते के काटे स्थान पर लेप करने से आराम आ जाता है।

● **हैजा**—हैजे के रोग मे भी सुर्ख मिर्च आश्चर्यजनक प्रभाव दिखाती है। लाल मिर्च के वीज निकाल कर इसखे छिलको को खूव वारीक पीस कर कपडछन करें। इस चूर्ण को मधु (शहद) के साथ घोट कर दो-दो रत्ती की गोलियाँ वना कर छाँव मे सुखाएँ। हैजे के रोगी को विना किसी अनुपान के एक गोली वैमे ही निगलवा देनी चाहिए। जिस रोगी का शरीर ठण्डा पड गया हो, नाडी डूवती जा रही हो, ठण्डा पसीना चल रहा हो, इमसे शरीर मे दस मिनट में ठण्डा पसीना वन्द होकर गर्मी पैदा होने लगती है और नाडी अपनी माधारण गति पर आ जाती है।

● **हैजे की गोली**—शुद्ध अफीम आधा ग्रेन, बीज सहित सुर्ख मिर्च एक ग्रेन और हींग दो ग्रेन गोंद कीकर के घोल की सहायता से इन सब की एक गोली बना लें। हैजे के रोगी को उस समय सेवन कराएँ जब कुछ दस्त हो चुके हों। थोड़े-थोड़े समय पश्चात् दो-तीन बार ऐसी ही मात्रा देते रहें, परन्तु दिन-भर मे रोगी को और कुछ न खिलाया जाए।

यह नुस्खा शत-प्रतिशत लाभदायक है। हैजे की अंतिम अवस्था के एक रोगी को, जो कि डॉक्टरी इलाज से निराश हो चुका था, इसकी पहली खुराक ने ही स्वस्थ कर दिया था। ऐसे ही अनेक अवसरों पर यह औषधि रामबाण सिद्ध हुई है।

● **बिल्कुल आसान नुस्खा**—एक बोतल पानी मे अनबुझा चूना मिला-खूब हिला दें और फिर रख दें। जब चूना नीचे बैठ जाए तो पानी को निथार कर दूसरी बोतल मे डाल लें, साथ ही पाँच तोले बारीक सुर्ख मिर्च (बीज रहित) डाल दें। चौबीस घंटे के बाद फिल्टर कागज द्वारा अच्छी तरह छान कर रखें। **हैजे के रोगी** को एक-एक चम्मच यह दवाई अर्क पोदीना मे मिलाकर आधे-आधे घंटे के पश्चात् सेवन कराए।

काली मिर्च का जादू

● **पेट के रोग**—तीन सौ ग्राम काली मिर्च चीनी के बर्तन मे डालें और इसमे लाहौरी नमक पचहत्तर ग्राम बारीक पीस कर डालें। फिर पचहत्तर ग्राम तेजाब गंधक और तीन सौ ग्राम नींबू का रस डाल कर चीनी के दूसरे प्याले से ढक दें। जब सारा पानी मिर्चों के अन्दर ही सूख जाऐ और मिर्चें बिल्कुल खुश्क हो जाएँ तो शीशी मे सम्भाल कर रख लें।

सेवन-विधि—भोजन के पश्चात् पाँच से सात मिर्च खाएँ। यह खाई हुई खुराक को खूब हज़म कर देती हैं, और खाने मे भी बहुत स्वादु होती हैं।

लाभ— पेट-दर्द, सूल, भूख न लगना इत्यादि शिकायतों में अत्यन्त लाभदायक है।

● **वादी नाशक**—आक के ताजा फूल 150 ग्राम, काली मिर्च पचहत्तर ग्राम, काला नमक पचहत्तर ग्राम—तीनों चीजें बारीक पीसकर जंगली बेर के बराबर गोलियाँ बना लें।

लाभ—हर प्रकार की कब्ज, पेट-दर्द वायुगोला, वायुशूल, बदहजमी तथा पेट के दूसरे विकारों के लिए रामबाण औषधि है। एक से चार गोली तक ताजा पानी के साथ दें। जिन लोगों को कब्ज और वादी की पुरानी शिकायत हो, उनको भोजन के पश्चात् एक-एक गोली कुछ समय तक देना अत्यन्त लाभदायक है।

हैजा—काली मिर्च तीस ग्राम, हींग पन्द्रह ग्राम, कपूर पन्द्रह ग्राम, अफीम सब कूट कर दो सौ-ग्राम आक के फूल में खरल करें और जंगली बेर के बराबर गोलियां बना लें।

सेवन-विधि—एक या दो गोली अर्क पोदीना के साथ दें।

हल्दी उपचार

● **मूत्र की अधिकता**—यदि किसी व्यक्ति को बार-बार और अधिक मात्रा में मूत्र आए तथा प्यास अधिक लगे तो इस रोग को वैद्य लोग मधुमेह कहते हैं। इस रोग को दूर करने के लिए हल्दी एक विशेष चीज है।

हल्दी बारीक पीसकर रखें। आठ-आठ ग्राम दिन में दो बार पानी के साथ दें। इस साधारण-सी औषधि से पेचीदा और घातक रोगों का इलाज सफलतापूर्वक किया जा सकता है।

नोट—मधुमेह के रोगी को चीनी से परहेज करना चाहिए, ऐसे रोगी के लिए यह विष के समान है।

● **कमजोर नजर**—नजर की कमजोरी के लिए निम्नलिखित नुस्खा अत्यंत गुणकारी है। स्वस्थ व्यक्ति इसे सर्वदा उपयोग करता रहे तो आयु-भर नजर ठीक रहेगी।

हल्दी ढेला (गाँठ) तीस ग्राम और कलमी शोरा आठ ग्राम। दोनों मैदे की तरह बारीक पीस लें और शीशी में मजबूत कार्क लगाकर रखें। प्रात:

व साय तीन-तीन सलाई डालना धुन्ध और नजर की कमजोरी के लिए जादू जैसा प्रभाव रखता है। आजमा कर देखिये।

हल्दी को खूब बारीक पीसकर शीशी में सावधानीपूर्वक रखें। रात्रि समय तीन-तीन सलाइयाँ डालने से नजर की कमजोरी दूर होगी।

आँख का घाव—यदि किसी कारणवश आँख मे घाव हो गया हो तो उसके लिए हल्दी के ढेले को पानी की कुछ बूंदे डालकर पत्थर पर घिसें और सलाई से आँख मे लगाएँ। कुछ बार लगाने से घाव ठीक हो जायेगा।

● बेमिसाल टिक्चर—सवा सौ ग्राम हल्दी को पाच सौ ग्राम मेथिलेटिड स्पिरिट मे मिलाकर शीशी में डालें और कार्क लगाकर धूप मे रख दें। दिन मे दो-तीन बार जोर से हिला दिया करें। तीन दिन पश्चात् छानकर फिर शीशी मे रख लें—यही हल्दी का बेमिसाल टिकचर है।

सेवन-विधि—दिन मे दो-तीन बार सफेद दागो पर लगाएँ, सफेद दागो के लिए अत्यन्त हितकर है।

● अद्भुत तेल—पचास ग्राम हल्दी को मोटा-मोटा कूटकर सौ ग्राम पानी मे उबालें। फिर पीस-छानकर केवल पानी ले लीजिए। इस पानी के बराबर मीठा तेल मिलाकर धीमी आच पर चढाइये। जब पानी जलकर केवल तेल बच रहे तो उतारकर ठण्डा करके शीशी मे भर लें।

सेवन विधि—इस तेल को जरा-सा गर्म करके दो-तीन बूद कान मे प्रात व साय डालें। दस-बारह दिन के उपयोग से घाव ठीक होकर पीप का आना बन्द हो जाएगा। यही तेल अन्य घावो पर लगाते रहने से भी घाव अच्छे हो जाते हैं।

● ममीरा हल्दी—यदि हल्दी को निम्नलिखित ढग से तैयार कर लिया जाए तो इसमे वे सभी गुण पैदा हो जाते हैं जो ममीरे मे होते हैं।

एक गाठ हल्दी लेकर कलईदार बर्तन मे डालें। फिर इस पर एक नीबू निचोडें। अब इसे कोयलो की आच पर रखकर पकाए। जब पानी सूख जाए तो दूसरा नीबू निचोडे और इसे भी सुखा दें। इस प्रकार सात नीबू का रस सुखा दें। बस अब यह हल्दी की गाठ ममीरे के गुणो से युक्त हो गई है।

इसे बारीक पीसकर बराबर वजन काला सुरमा मिलाकर खूब रगड़ लें, सुरमा तैयार है।

रात्रि समय दो-तीन सलाई डालें। कुछ ही दिनों में धुंध, जाला तथा रात्रि समय दिखाई न देना आदि रोगों में आराम होगा।

● सुजाक तोड़—हल्दी की गांठ पांच ग्राम लेकर ढाई-सौ ग्राम बकरी के कच्चे दूध में घिसें और तुरन्त सूजाक के रोगी को पिला दें। इस प्रकार प्रतिदिन प्रातः पिलाने से कुछ दिनों में सूजाक की जड़ें कट जाएगी। यह एक हकीम का अत्यन्त गुप्त नुस्खा है।

लिंगेन्द्रिय में घाव (सूजाक) हो तो आठ-आठ ग्राम बारीक पिसी हुई हल्दी बकरी के दूध की छाछ या पानी के साथ प्रातः व सायं सेवन करवाएं। रोग की तेजी में दोपहर समय भी दें।

हल्दी और आंवलों का काढा भी अत्यन्त हितकर है। इस काढे से मूत्र की जलन दूर होकर मूत्र साफ आने लगता है और पेट भी साफ हो जाता है।

● मुंह के छाले—हल्दी पन्द्रह ग्राम कूटकर एक किलो पानी में उबालें, ठण्डा होने पर प्रातः व सायं गरारे करें। इससे गले, तालु और जिह्वा के छाले दूर हो जाते हैं।

● कंठमाला—बारीक पिसी हल्दी आठ ग्राम प्रातः पानी के साथ सेवन करवाएं। इसके अतिरिक्त हल्दी की गांठ को पत्थर पर कुछ बूंदें पानी डालकर घिसें। जब गाढा-सा लेप तैयार हो जाए तो ऊपर लेप कर दें। कुछ दिनों के निरन्तर उपयोग से रोग दूर हो जाएगा।

● पेट में हवा भर जाना—जिस व्यक्ति के पेट में हवा भर गई हो और इस कारण पेट में अफारा हो रहा हो, उसकी तकलीफ का अनुमान कोई भुगतभोगी ही कर सकता है। ऐसे अवसर पर पिसी हुई हल्दी दस रत्ती और नमक दस रत्ती मिलाकर गर्म पानी से सेवन करवाएं। इससे हवा खारिज होकर पेट हल्का हो जाता है। कई दिन तक उपयोग करने से हाजमे की कमजोरी भी दूर हो जाती है।

● **आंख की लाली**—चोट लगने से या किसी और कारणवश आंख लाल हो जाए तो हल्दी स्वच्छ पत्थर पर घिसकर सलाई से लगाए। दो-तीन दिन में लाली साफ हो जाती है।

● **चवल**—दो-तीन वार दिन मे और रात्रि को सोते समय हल्दी के गाढे लेप से वर्षों पुराना चवल दूर हो जाता है।

● **फुलवहरी**—कोढ, फुलवहरी, कठमाला की शिकायत हो तो आठ-आठ ग्राम हल्दी का चूर्ण प्रात. व साय पानी के साथ खाए और दिन मे दो-तीन वार लेप भी करें।

● **विषैला डक**—पागल कुत्ते के काटने पर पचास-साठ ग्राम हल्दी पानी के साथ सेवन कराने से तथा काटे स्थान पर हल्दी का लेप करने से लाभ होता है। विच्छू, भिड तथा मक्खी इत्यादि के डक पर भी हल्दी का लेप करना अत्यन्त हितकर है।

● **ववासीर**—पांच-पाच ग्राम हल्दी का चूर्ण दोनो समय वकरी के दूध की छाछ के साथ सेवन करना ववासीर का उत्तम इलाज है।

● **वलगमी दमा**—चार-चार ग्राम हल्दी का चूर्ण दिन मे तीन वार सेवन करने से वलगमी दमा दूर हो जाता है।

● **जुकाम**—नजला-जुकाम, कफ आदि रोगो मे हल्दी अत्यन्त हितकर सिद्ध हुई है। प्रयोग से यह प्रमाणित हुआ है कि कफ से रुके हुए गले मे और वहते हुए जुकाम मे हल्दी के उपयोग से खुश्की पैदा हो जाती है, जिसके परिणामस्वरूप कफ का वढना रुक जाता है।

पाच-पाच ग्राम हल्दी का चूर्ण प्रात. व साय गर्म पानी से सेवन किया जाए।

● **गले के घाव**—गले और तालु मे घाव हो तो एक किलो पानी मे सत्तर ग्राम वारीक पिसी हुई हल्दी मिलाकर उवालें। जव चौथाई पानी वाकी रह जाए तव छानकर इससे गरारे करें। यह इलाज प्रात व साय दोनो समय करें।

धनिया-उपचार

● मूत्राशय की जलन—खुश्क धनिये की गिरी और कूजा मिश्री दोनो तीन-तीन सौ ग्राम ।

बनाने की विधि—खुश्क धनिया लेकर मोटा-मोटा कूट कर इसका छिलका अलग करें और बीजो के अन्दर की गिरी ले लें—इस नुस्खे मे यही गिरी तीन-सौ ग्राम चाहिए । साधारणत. साढे-चार सौ ग्राम धनिया मे तीन-सौ ग्राम गिरी निकल आती है। यदि कूजा मिश्री न मिले तो उसके स्थान पर तवी की मिश्री, देशी चीनी या दानेदार चीनी नुस्खे मे शामिल कर लें, इससे दवा के प्रभाव मे कोई अन्तर नही पडेगा ।

दोनो वस्तुओ को अलग-अलग पीस कर आपस मे मिला लें ।

लाभ—यह औपधि मूत्राशय की उत्तेजना को दूर करने के लिए एक अद्वितीय चिकित्सा है । इसके प्रयोग से पोटासी ब्रोमाइड की तरह दिल और दिमाग कमजोर नही होते बल्कि इन्हे बल मिलता है । नजर की कमजोरी, घुबलाहट, सिर-दर्द, चक्कर, नीद न आना आदि रोगो मे, जो यौन-अव्यवस्थाओ या प्रमेह व स्वप्नदोप के परिणामस्वरूप प्रकट होते हैं, मे यह औपधि अत्यन्त हितकर है ।

स्वप्न-दोप के लिए यह औपधि इतनी हितकर है कि प्राय सख्त से सख्त स्वप्न-दोप, यहाँ तक की प्रतिदिन दो-चार बार होने वाला स्वप्न-दोप भी इसकी पहले ही दिन की दो खुराको से रुक जाता है । प्रमेह के लिए भी यह इतनी गुणकारी है कि इसके पश्चात् दी जाने वाली औपधि के लिए इस कष्ट मे अधिक तथा तुरन्त सफल होने की सभावना रहती है । यह औपधि हाजमा तेज करने का भी गुण रखती है ।

सेवन-विधि—प्रात बिना कुछ खाए-पीये रात के बासी पानी से आठ ग्राम फाक लें और तत्पश्चात् एक घटे तक और कुछ न खाए । इसी प्रकार आठ ग्राम साय चार बजे के लगभग प्रात के रखे हुए पानी के साथ फाक लें, रात का भोजन इसके दो घटे पश्चात् करें ।

नोट—शौच यदि अधिक पतले दस्त के रूप मे होता हो तो दूसरी मात्रा सायं चार बजे लेने के बजाय रात्रि समय सोने से आधा घटा पहले लें, परन्तु यदि कब्ज की शिकायत अधिक रहती हो तो दूसरी मात्रा साय चार बजे ही लें और रात्रि को सोते समय ईस्पगोल की भूसी (इस्पगोल का छिलका) चार-पांच ग्राम लेकर दस-पन्द्रह ग्राम तक ताजा पानी से फाकिए, बिना किसी कष्ट के साफ़ शौच होगा।

ईस्पगोल का उपयोग पहली रात्रि को थोडी मात्रा मे करें यदि इससे लाभ न हो तो दूसरी रात्रि को इसकी मात्रा बढा लें, यहा तक कि प्रात साफ शौच होने लगे (चार-पांच ग्राम से लेकर पन्द्रह ग्राम तक का यही अर्थ है) ईस्पगोल मे एक गुण यह भी है कि यह हानि रहित और कब्ज-नाशक होने के अतिरिक्त पतले वीर्य को गाढा करने, स्वप्नदोष और मूत्राशय की उत्तेजना को दूर करने के लिये उपरोक्त औषधि की विशेष सहायता करता है।

दूसरा योग—मूसली सफेद और मिश्री पचास-पचास ग्राम मिला कर चूर्ण बना लें।

सेवन-विधि—चार से छ ग्राम जरूरत के मुताबिक उपयोग करें, इससे वीर्य की उत्तेजना दूर हो जाती है, मूत्राशय की उत्तेजना ठीक हो जाती है और स्वप्नदोष को निश्चय ही लाभ होता है। यह औषधि बलदायक है और अधिक वीर्य उत्पन्न करती है।

● **सिरदर्द**—धनिया (खुश्क दाना) आठ ग्राम, खुश्क आवले (गुठली रहित) चार ग्राम—दोनो को रात्रि समय मिट्टी के कूजे मे चौथाई किलो पानी डाल कर भिगो दें, प्रात मलकर और मिश्री मिलाकर पिलाएँ, गर्मी के कारण सिर-दर्द मे लाभदायक है।

● **कमजोर दिमाग**—सवा-सौ ग्राम धनिया कूटकर आधा किलो पानी मे उबालें, जब पानी जलकर केवल सवा-सौ ग्राम रह जाए तो छान कर सवा-सौ ग्राम मिश्री मिलाकर फिर पकाएँ। जब पक कर गाढा हो जाए तो उतार ले। यह मीठी औषधि प्रतिदिन आठ ग्राम चाटनी चाहिए। गर्मी और दिमाग की कमजोरी के कारण अकस्मात् आखो के सामने अधेरा-सा छा जाता हो तो इसका यह अत्यन्त ही सरल इलाज है।

● **गज**—सिर का गज एक ऐसा रोग है जिससे व्यक्ति केशघन से वचित हो जाता है। ताजा धनिये का रस निकाल कर प्रतिदिन सिर पर लगाने से कुछ दिनो मे गज दूर हो जाता है।

● **आंख-दर्द**—यदि आखें गर्मी के कारण दुखती हो (जिसकी पहचान यह है कि एक तो वे ग्रीष्म ऋतु मे दुखेंगी, दूसरे आंखो से पानी नही निकलेगा वलिक खुश्क अवस्था मे ही दुखती हैं, तीसरे आंखो को गर्मी-सी अनुभव होगी या रोगी को जलती-सी अनुभव होगी) तो ताजा धनिया पन्द्रह ग्राम और कपूर एक ग्राम बारीक पीस कर मलमल के स्वच्छ कपडे मे पोटली बाध कर आंखो पर इस प्रकार फिरा दें कि पानी की बूदें आंख के अन्दर भी चली जाएँ, तुरन्त चैन पड जाएगा।

● **नकसीर**—नकसीर का खून बन्द करने के लिए ताजा धनिया का रस रोगी को सुघाए। इसके अतिरिक्त हरे पत्ते पीस कर माथे पर लेप करें। गर्मी के कारण नाक से बहने वाला खून रुक जाता है।

● **खुश्क खासी**—धनिया (खुश्क दाना) कूट कर उसके चावल अलग कर लीजिए, इन चावलो को पीस कर आटा-सा बनाए। गर्मी के कारण हुई खुश्क खासी मे दो ग्राम यह चूर्ण आठ ग्राम मधु मे मिला कर चटाए, खासी बिल्कुल दूर हो जाएगी।

● **भूख न लगना**—यदि भूख बहुत कम लगती हो तो ताजा धनिया का रस निकाल कर तीस ग्राम प्रतिदिन पिलाएं। तीन दिन मे भूख चमक उठेगी।

● **कै**—कै यदि किसी प्रकार भी बद होने मे न आ रही हो तो ताजा धनिया का रस थोडे-थोडे समय पश्चात् एक-एक घूट पिलाना चाहिए, कै तुरन्त बन्द हो जाती है।

● **दस्त**—दस्त आ रहे हो तो धनिया (दाना) बारीक पीस लें और छाछ या पानी के साथ आठ-आठ ग्राम दिन मे तीन बार सेवन करें, चाहे कितने ही दस्त आ रहे हो बन्द हो जाते हैं।

यदि दस्तो मे खून आता हो तो पन्द्रह ग्राम धनिया पानी मे ठण्डाई के रूप में घोट-छानकर और मिश्री मिला कर पिलाए, एक दिन मे भरसक लाभ होगा।

● **बदहजमी**—जिस व्यक्ति के मेदे मे आहार बहुत कम ठहरता हो अर्थात् जल्दी ही शौच के रूप मे निकल जाता हो, उसके लिए निम्नलिखित नुस्खा तैयार कीजिए :—

● धनिया साठ ग्राम, काली मिर्च पच्चीस ग्राम, नमक पच्चीस ग्राम—बारीक पीस कर चूर्ण बनाए। मात्रा केवल तीन ग्राम भोजन के पश्चात्।

● **हृदय-रोग**—हृदय धडकता हो तो धनिया साठ ग्राम कूट-छान कर मिश्री साठ ग्राम मिला लें और प्रतिदिन सात ग्राम यह चूर्ण ठण्डे जल से सेवन करें।

या .

पन्द्रह ग्राम धनिया कूट कर रात्रि समय मिट्टी के कोरे कूजे मे आधा किलो पानी डालकर भिगो दें। प्रात छान कर बराबर मात्रा मिश्री मिला कर पी लें।

● **मूत्र की जलन**—यदि मूत्र जल कर आता हो तो धनिया आठ ग्राम पानी मे घोल कर छान लें। इसमे मिश्री तथा बकरी का दूध मिला कर पेट भर कर पिला दें। दिन मे दो बार देना चाहिए। दो-तीन दिन मे मूत्र की जलन दूर हो जाएगी।

● **मासिक-धर्म की अधिकता**—कई महिलाओ को मासिक धर्म बहुत अधिक मात्रा मे आने लगता है जिसके कारण कमजोरी अत्यधिक बढ जाती है। ऐसी हालत मे आठ ग्राम धनिया आधा किलो पानी मे उबालें। जब आधा पानी जल जाए तो उतार कर मिश्री मिला कर गुनगुना ही पिलाए। तीन-चार मात्रा से आराम आ जाता है।

● **गर्भिणी की कै**—गर्भकाल मे स्त्री को प्राय प्रात समय कै हुआ करती है जिसके कारण स्त्री बहुत कष्ट पाती है। इसका सरल इलाज यह है कि चावलो के पानी मे आठ ग्राम-खुश्क धनिया कूट-छान कर और मिश्री मिलाकर पिलाए।

● **नींद न आना**—नींद न आने पर तीस ग्राम भुना धनिया, तीस ग्राम भुनी खशखाश, तीस ग्राम काहू, तीस ग्राम बादाम की गिरी, पन्द्रह ग्राम कद्दू

की गिरी, पन्द्रह ग्राम सदलबुरादा (सफेद) और तवाशीर बारह ग्राम—सबका चूर्ण बनाए। आठ ग्राम प्रति मात्रा दिन मे तीन बार दूध या रसगरस के शर्बत या पानी के साथ उपयोग करें।

● खूनी बवासीर—यदि बवासीर का खून काले रंग का हो तो इसे बन्द करने का प्रयत्न न करें परन्तु जब सुर्ख खून निकलता हो और उसके कारण रोगी दिनोदिन कमजोर हो तो उस समय खून बद करने का इलाज करना चाहिए, एक नुस्खा यह है आठ ग्राम चूर्ण धनिया पानी मे घोट-छान कर तथा पचास ग्राम मिश्री और सवा-सौ ग्राम बकरी का दूध मिला कर तथा बार-बार फेंट कर (ऊपर-नीचे करके) पिला दें इससे बवासीर का खून बन्द हो जाता है। मूत्र जलन के साथ आता हो तो उसके लिए भी यही नुस्खा काम मे लाइये।

● प्यास की तेजी—खुश्क धनिया तीस ग्राम कूट कर मिट्टी के कोरे कूचे मे डालकर आधा किलो पानी मे रात-भर भिगो रखें। प्रात मलमल के कपडे मे छान कर और मिश्री मिला कर पिलाए—प्यास बन्द होगी, गर्मी के कारण हो या किसी दूसरे कारण से।

● सूजन—शरीर के किसी भाग मे सूजन हो गई हो और उसमे से सेंक-सा अनुभव होता तो इस पर सिर्के मे धनिया पीस कर लेप करने से सूजन उतर जायगी।

दारचीनी उपचार

● कमजोर दिमाग—दारचीनी तीस ग्राम, वच पन्द्रह ग्राम, काबुली हरड पन्द्रह ग्राम, मिश्री तीस ग्राम—चारो चीजें कूट-पीस कर चूर्ण बना लें।

● सेवन-विधि—एक से चार ग्राम तक प्रात व साय पानी के साथ सेवन करें दिमाग को अत्यन्त गुणकारी है।

● क्षय—दारचीनी आठ ग्राम, इलायची दाने (छोटी) पन्द्रह ग्राम, पिपली तीस ग्राम, तवाशीर साठ ग्राम और कूजा मिश्री एक सौ ग्राम बारीक पीस कर चूर्ण बना लें।

शर्बत नीलोफर या सादे पानी के साथ एक ग्राम दिन मे दो-तीन बार वार उपयोग करें, बदहजमी और क्षय के लिए यह एक सुप्रसिद्ध आयुर्वेदिक नुस्खा है।

● **दस्त और मरोड़ा**—दारचीनी दो रत्ती और कत्था दो रत्ती दस्तो को बन्द करने के लिए दिन मे तीन-चार वार दें।

● **वीर्य पौष्टक चूर्ण**—दारचीनी खूब वारीक पीस कर रख लें। दो-दो ग्राम प्रात व सायं थोडे-थोडे गर्म दूध के साथ फाक लें। वीर्य पौष्टिक और दूध हजम करने के लिए उत्तम तथा सस्ता नुस्खा है।

● **इंफ्लुएजा**—दारचीनी तीस रत्ती, लौंग पांच रत्ती, सोठ पन्द्रह रत्ती और पानी एक किलो। पन्द्रह मिनट उबाल कर छान लें और मधु (शहद) से मीठा करके तीन-तीन घटे पश्चात् साठ-साठ ग्राम दें।

अदरक-उपचार

अदरक प्राय दाल, साग-सब्जी और चटनी मे इस्तेमाल होता है। सूख जाने पर यह सोठ कहलाता है। अनेक रोगो मे इसका उपयोग निम्नलिखित ढंग से किया जाता है .

● **खांसी-दमा**—साठ ग्राम अदरक के रस मे साठ ग्राम मधु मिलाकर तनिक गर्म करके पी लें। सात दिन मे आराम होगा।

● **भूख न लगना**—भूख ठीक तरह न लगती हो, पेट मे वायु भर जाती हो, कब्ज रहती हो—अदरक को काट कर बहुत वारीक टुकडे कीजिये और नमक छिड़क कर एक दो ग्राम खाए। भूख अच्छी तरह लगेगी, वायु का निकाम होगा और कब्ज खुलेगी।

● **पाचनवर्द्धक चूर्ण**—पाचन विकार ठीक करता है, मदाग्नि बढता है, वायु पीडा और खट्टी डकारो मे लाभदायक है। सोठ और अजवायन आवश्यकतानुसार नीवू के इतने रस मे डालें कि दोनो चीजें तर हो जाए। इसे छाव मे खुश्क करके पीस लें और थोड़ा-सा नमक मिलाकर सुरक्षित रखें। दोनो समय चार रत्ती से एक ग्राम तक पानी के साथ सेवन करें।

● कान-दर्द—अदरक का रस पाच ग्राम, मधु दो ग्राम, सेंधा नमक एक रत्ती, तिल्ली का तेल दो ग्राम। पहले नमक और अदरक का रस मिला लें। फिर सब मिलाकर अच्छी तरह हिलाए। थोडा गर्म करके सात-आठ बूंद कान मे डालें, कान का दर्द बद होगा।

● इफ्लुएंजा—चूर्ण सोठ पचास ग्राम, चूर्ण पिपली पच्चीस ग्राम और चूर्ण काकडा सीगी डेढ-सौ ग्राम—सब मिला लें। इफ्लुएंजा की खासी को रोकने के लिए एक से दो ग्राम तक यह चूर्ण थोडे मधु के साथ चटाए।

● कै—अदरक और प्याज का रस मिलाकर पीने से कै बन्द हो जाती है।

● आवाज बैठना—अदरक का रस मधु मे मिलाकर चाटना चाहिए।

● नजला-जुकाम—अदरक छीलकर बारीक-बारीक काट लें और कडाही मे घी डालकर इसमें भूनें। तत्पश्चात् अदरक को बराबर वजन की चाशनी में डालें और पकाए। जब खूब पक जाए तो सोठ, सफेद जीरा, काली मिर्च, नाग केसर, जावित्री, बडी इलायची, तज, पतरज, पीपल, धनिया, काला जीरा, पीपलामोल और बावटिंग-प्रत्येक अदरक का बारहवा भाग लेकर कूट-छानकर मिलाए।

● सेवन-विधि—आठ ग्राम से लेकर पन्द्रह ग्राम तक सेवन करें। जुकाम व नजले मे गुणकारी है। ठण्ड के कारण आवाज बैठ जाए तो इसे खोलती है, दम फूलने की शिकायत इसके सेवन से दूर हो जाती है, भूख खूब लगती है, पेट के दर्द और वायु के लिए लाभकारी है।

● पसली का दर्द—सोठ तीस ग्राम मोटी-मोटी कूटकर तिहाई किलो पानी मे आध घटे तक पकाए और छान लें। तीस-तीस ग्राम यह काढा तीन-तीन घटे पश्चात् चार बार पिलाए पसली के दर्द का यह खास इलाज है।

● सग्रहणी, मरोड, बदहजमी—चूर्ण सोठ पचास ग्राम, चूर्ण सौंफ पचास ग्राम, चूर्ण हरड पचास ग्राम, चीनी पिसी हुई डेढ सौ ग्राम।

बदहजमी के दस्त, सग्रहणी, मरोड और पाचन की कमजोरी मे एक से तीन ग्राम तक दिन मे दो बार दें।

लौंग उपचार

● **पेट फूलना**—मेदे मे जब वायु जमा होकर पेट फूलने लगे तो लौंग का निम्नलिखित अर्क तैयार करके उपयोग करें, लाभ होगा।

लौंग का चूर्ण दस रत्ती और खौलता हुआ पानी आधा कप। जब लौंग चूर्ण अच्छी तरह भीग जाए तो छान लेना चाहिए। रोजाना तीन बार सेवन करें।

● **बदहजमी**—बदहजमी की शिकायत होने पर चूर्ण लौंग दस रत्ती तथा खाने का सोडा दस रत्ती आधा कप उबलते हुए पानी मे मिलाकर सेवन करें।

● **जुलाब**—यदि जुलाब लेना हो तो लौग पन्द्रह रत्ती, सोंठ पन्द्रह रत्ती, सनाय तीस ग्राम और उबलता हुआ पानी चौथाई किलो।

कम-से-कम एक एक घंटा तक इस घोल को रखा रहने दीजिए, तत्पश्चात् छान लीजिए और तनिक गरम करके उपयोग कीजिए।

● **खासी और दमा**—रात को सोते समय आठ या दस लौंग कच्चे या भुने हुए खाने से आराम हो जाता है।

● **बुखार और सिर-दर्द**—लौंग और चीरैता—दोनो पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम को आधा किलो पानी मे पकाइये। जब पानी आठवां भाग रह जाए तो उतार लीजिए। मलेरिया बुखार के रोगी को बुखार उतरने पर पिलाने से आराम हो जाता है। सिरदर्द की हालत मे चार-पाच लौंग पानी मे पीसकर लगाने से तुरन्त लाभ होता है।

● **इंफ्लुएंजा**—सर्दी लगकर बुखार आने पर, यानि इफ्लुएजा, के लिए निम्नलिखितनुस्खा सर्वोत्तम है:

पाच लौंग, सोठ चूर्ण पन्द्रह रत्ती, दारचीनी तीस रत्ती। आधा किलो पानी मे पन्द्रह मिनट तक उबालकर उपयोग मे लाइये।

● **मितली आना**—चाहे किसी कारणवश मितली आ रही हो, छ लौंग चबा लीजिए, आराम होगा।

● हिचकी—हिचकी आने पर दो लौंग मुंह में डालकर रस चूसने से तुरन्त आराम हो जाता है।

दूसरा योग—चार ग्राम छोटी इलायची, पांच लौंग—दोनों को थोड़े से पानी मे पीस-छानकर तथा पन्द्रह ग्राम मिश्री मिलाकर पिलाएं, हिचकी तुरन्त बन्द होगी।

● प्यास की तीव्रता—पानी को उबाल लीजिए। उबालते समय कुछ लौंग डाल दीजिए, इस पानी को तांबे के बर्तन मे रखें और ठण्डा होने पर रोगी को पिलाए, एक-दो दिन मे ही आराम हो जायगा।

इलायची उपचार

इलायची दो प्रकार की होती है। एक छोटी और दूसरी बड़ी। छोटी इलायची का प्रभाव समशीतोष्ण होता है (याने न अधिक गर्म न अधिक सर्द)। दिमाग, दिल और मेदे को बल देने वाली है। जी मिचलाने, कै, दमा, खासी, हिचकी, कफ और कब्ज के लिए गुणकारी है। मूत्र की जलन को दूर करती है, मूत्र को खोलती है, याने मूत्र की कमी को ठीक करती है, मेदे के बेकार क्षरित रस को खुश्क करती है, मन प्रसन्न हो उठता है, फेफड़ों को बल मिलता है, पथरी की शिकायत को दूर करती है, पान के साथ खाई जाती है।

बड़ी इलायची प्रभाव से गर्म और कुछ कब्ज करने वाली होती है, पसीना लाती है, स्फूर्तिदायक है और छोटी इलायची के गुणो के बराबर है। यह गर्म मसाले में डाली जाती है, दवाई के तौर पर भी उपयोग की जाती है।

● प्यास की तीव्रता—यदि प्यास अधिक लगती हो तो चार किलो पानी मे तीस ग्राम छिलके उबालो। जब पानी लगभग आधा रह जाए तो ठण्डा करके उपयोग मे लाए, रामबाण इलाज है।

● पाचनवर्द्धक—इलायची के बीज, सौंफ और जीरा—सब बराबर वजन (पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम) तनिक भून लें। भोजन के पश्चात् चम्मच-भर उपयोग करें।

● दूसरा योग—इलायची के बीज, सोंठ, लौंग और जीरा—सब पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम। अलग-अलग पीस कर सबको भली प्रकार मिला लें।

● **हैजे की रामवाण चिकित्सा**—बडी इलाइची, खुश्क पोदीना, खसखस, नागरमोथा—प्रत्येक पचहत्तर ग्राम । जायफल और लौंग प्रत्येक नव्वे ग्राम ।

सबको कूट-पीस कर तीन किलो पानी मे उबालें । पानी जब आधा रह जाए तो उतार कर छान लें और किसी मिट्टी के नई बर्तन या तावे के बर्तन मे भर लें। बर्तन का मु ह खुला रहने दें, ताकि भाप निकल कर पानी ठण्डा हो जाए। बर्तन को हर तीसरे दिन किसी खटाई से साफ कर लें ।

हैजे के रोगी को दिन मे कई बार सेवन कराए ।

● **शरद् ऋतु की खांसी**—दाना बडी इलायची, काली मिर्च, पिपली बड़ी, गिरी बादाम, मुनक्का (बीज निकाल कर) पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम । गिरी बादाम ठण्डे पानी मे भिगो कर छिलका उतार दें । अब सब चीजो को कूडी में खूब घोटें, जितना अधिक घोटा जाएगा, दवाई उतनी ही अधिक लाभ करेगी । यदि सख्त हो तो पानी से तर कर सकते हैं । जब गोली बनाने योग्य हो जाए तो जगली बेर के बराबर गोलियाँ लें । रात्रि समय एक गोली मुँह मे रख कर रस चूसें ।

● **प्रमेह**—प्रमेह को दूर करने वाला इससे बढिया नुस्खा आपको शायद ही कही मिलेगा । साधारणत प्रमेह की जितनी भी औषधियाँ हैं उन सबसे कब्ज हो जाती है, और कब्ज की हालत मे यह रोग और भी बढ जाता है । परन्तु इस चूर्ण मे यह गुण है कि इसके सेवन से कब्ज बिल्कुल नहीं होती । इसके अतिरिक्त यह चूर्ण प्रभाव मे न अधिक गर्म है और न अधिक सर्द । वीर्य की कमी को घटाता और इसके पतलेपन को दूर करता है। इससे सेवन से वीर्य पर्याप्त मात्रा मे पैदा होता है । नुस्खा निम्नलिखित है—

दाना बडी इलायची, दाना छोटी इलायची, असगध नागोरी, तज कलमी, सालब, तालमखाना—सब बराबर वजन बहुत बारीक पीस लें और कुल वजन के बराबर मिश्री पीस कर मिलाएं ।

सेवन-विधि—नौ ग्राम से बारह ग्राम तक प्रात दूध के साथ उपयोग करें ।

मूत्र-जलन और नया सूजाक—सात बादाम गिरी (छिलका रहित), छोटी इलायची सात दाने—आधा किलो पानी मे खूब घोट-छान कर मिश्री

मिलाकर दिन मे तीन बार पिलाएं। कुछ दिन मे आराम होगा, रामबाण है। यदि इसमे धनियां और सदल का बुरादा प्रत्येक पांच ग्राम मिला लिया जाए तो और भी अधिक गुणकारी है।

हिचकी—दाना बडी इलायची (तनिक भुना हुआ) पांच ग्राम बारीक पीस कर इसमे दो तोले चीनी मिलाएं। एक-दो बार गर्म पानी के साथ सेवन करने से हिचकी दूर हो जाती है।

हींगउपचार

● हिस्टीरिया—आठ ग्राम हींग और दो ग्राम पीपरमेंट बारीक पीस कर चौथाई किलो पानी मे मिलाकर रख लें। पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम यह पानी हर दो घण्टे बाद उपयोग करें, वायुगोला व हिस्टीरिया के लिए अचूक दवा है।

● हैजा—यदि हैजे मे दस्त और कै का जोर हो और इसके बावजूद भी रोग का जहर खारिज न होता हो और दस्तो को रोकने की आवश्यकता पड जाए तो हींग दो ग्राम, काली मिर्च आधा ग्राम और अफीम आधा ग्राम को मिला कर आठ गोलियां बनाए। एक-एक घंटे पश्चात् एक गोली दें।

हैजे के दिनो मे ये गोलियां मुफ्त बांटने योग्य हैं।

● दमा—हीरा हींग (शुद्ध) आठ ग्राम, कपूर आठ ग्राम बारीक पीस कर चने के बराबर गोलिया बना लें। दौरे के समय एक-एक गोली दें। छाती पर तेल तारपीन की मालिश करें।

● काली खांसी—काली खांसी के लिए पन्द्रह ग्राम हींग और पन्द्रह ग्राम कपूर लेकर आधी-आधी रत्ती की गोलियां बना लें, प्रात व सायं आयु के अनुसार सेवन कराएँ, रामबाण है।

● सीने का दर्द—यह दर्द सीने मे उस स्थान पर होता है जहां दोनो धमनियां एक दूसरी से मिलती हैं। यह दर्द अत्यन्त घातक प्रकार का होता है, क्योंकि इस स्थान के निकट ही दिल होता है। और दर्द का भार जब दिल पर पडता है तो हृदय-गति बन्द हो जाने का डर रहता है। ऐसे अवसर पर शीघ्रातिशीघ्र निम्नलिखित उपचार करें :—

दो रत्ती हीग एक मुनक्का के भीतर लपेट कर खिला दें, गले से उतरते ही अपना प्रभाव दिखाएगी। यदि कुछ कष्ट बाकी रहे तो आध घटा पश्चात् एक ऐसी ही मात्रा और दे दें और इस कौडियो के दाम उपचार का चमत्कार देखें।

● **पसली का दर्द**—पसली के दर्द के लिए वढिया हीग एक ग्राम बारीक पीस लें और मुर्गी के अडे की जर्दी मे मिलाकर पसली पर लेप करें सारा दर्द जाता रहेगा।

● **पेट दर्द**—पेट मे वायु रुक जाने मे दर्द हो जाए तो दो ग्राम हीग को आधा किलो पानी मे इतना पकाएँ कि दसवाँ भाग पानी बाकी रह जाए। अब थोडा गरम ही रोगी को पिला दें, अमृत समान है।

● **पेट विकार नाशक**—हीरा हीग आठ ग्राम, नौसादर पन्द्रह ग्राम, नमक पन्द्रह ग्राम—तीनो खूब बारीक करके गरम पानी मे खरल करें। फिर इसे कपडछान कर बोतल मे भर लें, दूध की तरह सफेद अर्क तैयार होगा। इस कुल वजन को चौबीस मात्रा समझें।

यह एक अचूक नुस्खा है, जिसे नब्बे प्रतिशत सफल पाया गया है। पेट दर्द, कै, जिगर का घाव, वायुगोला, वदहजमी, गुर्दे का दर्द, भूख की कमी आदि शिकायतो मे गरम जल से सेवन कीजिए, प्राय तीन-चार घटे पश्चात् दूसरी मात्रा लेनी चाहिए।

● **आवाज वैठना**—नजले की गन्दगी गले मे गिरने से या पानी तबदील होने के कारण आवाज बन्द हो जाती है, जो कि बहुत कष्टदायक है। रोगी कुछ कहना चाहता है तो बोल नही सकता, इशारो से बातचीत करता है। इसके लिए चार रत्ती हीग गिलास भर उष्ण जल मे घोल कर गरारे कराए, एक-दो बार ऐसा करने से आवाज ठीक हो जाएगी।

● **नया जुकाम और हींग**—जुकाम के आरम्भ मे पन्द्रह ग्राम इमली के पत्ते चौथाई किलो पानी के साथ किसी मिट्टी के बर्तन मे पकाएँ। जब आधा बाकी रह जाए तो छान कर दो रत्ती हीग और चार रत्ती काली मिर्च पीस कर मिलाएँ और पी लें।

● **पागल कुत्ते के काटने पर**—दो ग्राम हीरा हीग को अर्क गुलाब मे घोल कर प्रतिदिन पिलाए। इसके अतिरिक्त हीग को पानी मे पतला करके लेप के रूप मे पागल कुत्ते के काटे पर लगाएँ।

● **चींटी भगाना**—हीग पीस कर चीटियो के सुराख मे डालें, भाग जाएगी।

● **दत-पीडा व कीडा लगना**—हीग, अकरकरा, काली मिर्च, कपूर, वावडिंग, नीम के खुश्क पत्ते और लाहौरी नमक, प्रत्येक पन्द्रह ग्राम—सवको पीस कर मजन के रूप मे उपयोग करें, दाँतो के कीडे मर जाते हैं तथा पीडा दूर हो जाती है।

● **पेट के कीडे**—हीरा हीग (घी मे भुनी हुई) चार ग्राम, अजमूद, वावडिंग, सेंधा नमक, जौखार, वडी हरड, सोठ तथा पिपली प्रत्येक तीन ग्राम बारीक पीस कर तीन से चार ग्राम तक फकी लेने से भोजन हजम होता है और कीडे मर कर निकल जाते हैं।

● **दाद**—हीग सिर्का मे पीस कर दाद पर लेप करना दाद की सर्वोत्तम चिकित्सा है।

● **कान के रोग**—हीग जैतून के तेल मे पका कर शीशी मे वन्द कर रख लें। दो-चार वूँद कान मे टपकाने से कान का दर्द, घनघनाहट और वहरापन दूर हो जाते हैं।

● **दर्द कान**—हीग, धनिया और सोठ (पीस कर) प्रत्येक पन्द्रह ग्राम पानी एक किलो और सरसो का तेल सवा-सौ ग्राम—सव मिलाकर धीमी-धीमी आँच पर चढा दें। सावधान रहिए कि धनिया आदि नीचे जलने न पाए। जव पानी सूख जाए तो उतार कर तेल को छान लें। कान मे दर्द हो तो तुरन्त कुछ वूँदें डालें, लाभ होगा।

● **मेदे का दर्द**—हीरा हीग दो रत्ती को मुनक्का (जिसके वीज निकाल दिए गए हो) मे रख कर गोली-सी वना कर रोगी को खिलाए, तुरन्त मेदे का दर्द दूर होगा। मेदे का दर्द अत्यन्त तीव्र होता है, कई वार तो इसके कारण रोगी मूर्च्छित तक भी हो जाता है—इसके लिए यह टोटका विशेष गुणकारी है।

● सुखी प्रसव—एक रत्ती हींग चार ग्राम गुड मे लपेट कर निगल लें, पानी न पिए । ईश्वर की कृपा से तीस मिनट के भीतर ही कष्ट रहित प्रसव होगा ।

हींग-टिंक्चर—पचास ग्राम हीरा हींग तथा एक बोतल रेक्टीफाइड स्पिरिट लें । हींग को बारीक करके स्पिरिट मे डाल दें और बोतल पर कार्क लगा कर पन्द्रह दिन तक बन्द रखें, दिन मे एक बार बोतल को अवश्य हिला देना चाहिए । पन्द्रह दिन के पश्चात् इसे दूसरी बोतल मे छान कर भर लें । इसकी मात्रा आठ बूंद से एक चाय चम्मच तक है । पेट-दर्द, बदहज़मी, अफारा तथा मंदाग्नि में नींबू के रस और नमक के साथ मिला कर उपयोग करना चाहिए :—

(1) यदि प्रसव-कष्ट हो तो दस बूंद गर्म पानी मे डालकर पिलायें ।

(2) प्रसव के पश्चात् की पीडा या गन्दा पानी बाकी हो तो पाँच-पांच बूंद गर्म पानी मे डालकर दिन मे तीन बार पिलायें ।

(3) स्त्रियो के प्रसूत रोग मे भी उपरोक्त तरीके से सेवन करायें ।

(4) दाढ या दाँत मे कीडा लगा हो तो इसमे रुई भिगो कर लगाएं, दर्द तुरन्त दूर होगा ।

(5) भिड, बिच्छू इत्यादि के काटे पर एक बूंद लगा दें, तुरन्त चैन पड़ेगा ।

(6) दंत-पीडा के लिए पीडित स्थान पर मंजन की तरह लगाने से दर्द और सूजन मे लाभ होता है ।

प्याज उपचार

देखने और कहने को वैसे प्याज एक साधारण सी वस्तु है, परन्तु प्रकृति ने उसमे कई चमत्कार भर दिए हैं, जिनमे निम्नलिखित विशेषकर उल्लेखनीय हैं—

● सांप काटे का चमत्कारी नुस्खा—हकीम वजीर चद के कथनानुसार यह नुस्खा उन्हे एक बूढे काठियावाडी महात्मा से मिला था और अब तक

अत्यन्त लाभकारी सिद्ध होता रहा है। लोगो को इससे अवश्य लाभ उठाना चाहिए, नितान्त हानिरहित है। कभी भी तीन मात्रा से अधिक सेवन कराने की आवश्यकता नही पडी।

प्याज कूट कर निकाला हुआ रस और तेल सरसो दोनो तीस-तीस ग्राम। अच्छी तरह मिलाकर रोगी को पिला दीजिए। यदि रोगी का जीवन-धन भाग्य ने अभी छीन नही लिया तो इतनी ही और (यह एक मात्रा है) दो मात्रा से ईश्वर की कृपा से आराम होगा (तीन मात्रा आध-आध घटे पश्चात् दें)।

● हैजे की रामबाण दवा—याने नाजुक-से-नाजुक हालत मे अपना जादू दिखाने वाला नुस्खा,यह है —

कपूर देसी बढिया एक ग्राम, प्याज का रस सवा-सौ ग्राम सत-पोदीना (पीपरमेंट) आठ ग्राम सब मिलाकर शीशी मे कार्क लगाकर रखें। आवश्यकता पड़ने पर एक-एक चाय चम्मच मे तनिक मिश्री मिलाकर दें। यदि जीवन बाकी है तो ऐक ही दिन मे दवा अपना जादू दिखाएगी।

● दस्त और मरोड़—तीस ग्राम प्याज के रस मे आधी रत्ती अफीम मिलाकर पिलाए, तुरन्त दस्त और मरोड बन्द होगें।

● दमा—प्याज का रस चाय के छ चम्मच-भर, शुद्ध मधु चौथाई किलो, खाने का सोडा (सोडा बाई कार्ब) पैंसठ ग्राम—तीनो मिलाकर रख लें। प्रात व साय ऐक-एक चम्मच उपयोग करें, लाभ होगा।

● सिर-दर्द—प्याज को खूब बारीक कूट लें और पाँव के तलुओ पर लेप कर दें, सब प्रकार का सिरदर्द ठीक हो जाता है।

● मोतियाबिंद—मोतियाबिंद के आरम्भ मे प्याज का रस पन्द्रह ग्राम, शुद्ध मधु पन्द्रह ग्राम भीमसेनी कपूर चार ग्राम—सब को मिला कर रात को सोते समय दो-दो सलाई डालने से उतरता हुआ मोतिया रुक जाता है, बल्कि उतरा हुआ भी साफ़ हो जाता है।

● लाजवाब सुरमा—काला सुरमा पचास ग्राम चौबीस घटे तक प्याज के रस मे खरल करें, खुश्क होने पर शीशी मे सम्भाल कर रखें।

आखो की लाली, धुध, जाला तथा मोतियाबिंद मे गुणकारी है।

● **मूत्र की जलन**—यदि मूत्र जल कर आता हो तो पचास ग्राम छिला हुआ प्याज बारीक करके आधा किलो पानी मे उबालें। पानी आधा रह जाने पर छान कर और ठण्डा करके पिलाएँ, जलन दूर होगी।

● **स्तन घाव**— तेल तिल्ली सवा सौ ग्राम मे पहले तीस ग्राम प्याज जलाएँ, तत्पश्चात् तीस ग्राम ताजा नीम के पत्ते जलाएँ फिर इसमें सौ ग्राम मोम मिला कर मरहम बना लें। यह मरहम घाव पर लगाते रहने से घाव कुछ दिनों मे भर जाता है।

● **बच्चों का कान-दर्द**—प्याज भूभल मे दबाकर नर्म करें। फिर निचोड़कर पानी निकालें और तनिक उष्ण करके दो-तीन बूंद कान मे डालें, दर्द तुरन्त बन्द होगा।

● **बच्चों की आँखें दुखना**—प्याज का रस एक भाग और शुद्ध मधु एक भाग को दो भाग अर्क गुलाब में मिलाकर रखें। एक एक बूद दोनो समय आँखो में डालें, आराम होगा।

● **विषैले जीव-जन्तुओं के काटे पर**—प्याज का रस और नौसादर, प्रत्येक पन्द्रह ग्राम—खरल मे डालकर खूब खरल करें। जब दोनो वस्तुएँ भली प्रकार मिल जाएँ तो शीशी मे सुरक्षित रखें। बिच्छू, भिड, मधुमक्खी, मच्छर इत्यादि के काटे पर इसकी दो बूंदें मल दें, तुरन्त ठण्डक पड़ जाती है।

पागल कुत्ते और बदर के काटे पर भी इसी प्रकार उपयोग करें।

लहसुन उपचार

अफरा व हैजा—छिला हुआ लहसुन तीस ग्राम, चूर्ण काला जीरा, पिसा हुआ लाहौरी नमक, गधक शुद्ध आवलासार, चूर्ण सोठ, चूर्ण पिपली, काली मिर्च पिसी हुई और हींग खील की हुई प्रत्येक पन्द्रह ग्राम।

लहसुन को छील लीजिए। इसे छीलने के पश्चात् भी इसकी पोथियो पर बहुत बारीक झिल्ली लिपटी रहती है, इसे भी पृथक् कर लेना चाहिए। अब लहसुन को इतना खरल करें कि यह एकरूप हो जाए, इसे निकालकर चीनी या कांच के किसी बर्तन मे रख लीजिए। अब खरल मे गधक को बहुत बारीक पीसकर नीबू के रस मे इतना खरल करें कि मलाई की तरह हो जाए,

तत्पश्चात् इसमे नमक और हीग (भून की हुई) मिला दें और नीबू का रस डालकर खूब जोरदार हाथो से इतना खरल करें कि एकरूप हो जाए। अब इसमे पहले से खरल किया हुआ लहसुन और बाकी औषधियों के चूर्ण भी मिला दें और बारह घंटे तक नीबू के रस मे खरल करके चार-चार रत्ती की गोलियाँ बना लें।

दिन-भर मे पाँच-छ: गोलियां उपयोग की जा सकती हैं। पेट-दर्द तथा अफारा आदि मे गर्म जल या अर्क सौंफ या अर्क पोदीना के साथ तथा कै और हैजा मे नीबू के रस, अर्क सौंफ या प्याज के रस से दें। इसके चमत्कारी प्रभाव की कई बार परीक्षा हो चुकी है।

● **पेट के कीडे**—पेट के कीडे मारने के लिए लहसुन रामबाण का काम देता है। जिन दिनो इसका सेवन किया जाए उन दिनो मुनक्का या मधु के साथ दिन मे तीन बार लहसुन सेवन करना चाहिए। लहसुन को जब छीला जाता है तो बीस-बाईस पोथियाँ अलग-अलग हो जाती हैं। इन्हें छीलकर पांच गिरी छोटे-छोटे टुकडो मे काट कर पन्द्रह बीस मुनक्का के दानो या मधु के साथ खा लेनी चाहिएँ।

जो लोग नियमपूर्वक मास दो-मास या तीन मास तक इस प्रकार उपयोग करेंगे वे देखेंगे कि उनका शरीर कैसा बन जाता है।

● **कान-दर्द का चमत्कारी तेल**—पन्द्रह ग्राम गाय के घी मे लहसुन की तीन पोथियाँ जलाएँ, जब अच्छी तरह जल जाए तो निकालकर फैंक दें। इस तेल की दो-तीन बूंद कान मे डालने से कान का दर्द दूर हो जाता है, कान से पीप निकलना भी बन्द हो जाएगा—कई बार का अनुभूत प्रयोग है।

● **हैजे का तुरन्त उपचार**—शुद्ध लहसुन, सफेद जीरा, पहाडी नमक, शुद्ध गधक, सोठ, काली मिर्च, पिपली प्रत्येक तीस ग्राम और हीग भुनी हुई पन्द्रह ग्राम। सबको बारीक करके सात दिन तक नीबू के रस मे खरल करें और चने के बराबर गोलियाँ बनाए। इन गोलियो के उपयोग से हैजा तुरन्त ठीक हो जाता है।

उपयोग विधि—युवा को एक बार मे चार-पांच गोली, कमज़ोर या बालक को शक्ति-अनुकूल भोजन पश्चात् तीन-चार गोली प्रतिदिन उपयोग

न ने कभी वदहजमी नही होती। गोली खाकर ऊपर से ताजा पानी पीना चाहिए।

हैजा यदि तीव्र हो तो पन्द्रह-पन्द्रह मिनट के वाद युवा को दो-दो या तीन-तीन गोली देना चाहिए। यदि रोगी की इतनी शक्ति न हो तो एक घटा या एकव घटा पश्चात् दें। स्मरण रहे कि ये गोलियां हैजे मे रामवाण का काम करती हैं।

नोट—लहसुन काटकर मट्ठे मे भिगो देना चाहिए। दिन-भर भीगने के पश्चात् रात को निकालकर छाव मे फैला दें। सवेरे फिर ताजा मट्ठे मे इस प्रकार भिगो दें और रात को निकालकर फैला दें। इसी प्रकार सात दिन करने से लहसुन शुद्ध हो जाता है, उसमे गध नही रहती।

● काली खांसी—लहसुन का ताजा रस दस बूंद, मधु और पानी चार-चार ग्राम—ऐसी एक-एक मात्रा दिन मे चार बार दें।

मधु उपचार

मधु वास्तव मे फूलो की मनमोहक सुगन्ध और रक्त वढाने वाली दुर्लभ तथा कीमती सामग्री का शर्वत है। यह अमृत है क्योकि इसका उपयोग विगडे और गम्भीर से गम्भीर रोगो की विश्वासनीय चिकित्सा है। सभी स्थितियो और स्वभावो मे समान रूप से उपयोगी है। बच्चो, स्त्रियो, युवको और वूढो को प्रत्येक अवस्था मे उपयोग कराया जा सकता है।

मधु की मात्रा बच्चो के लिए पाच ग्राम, किशोरों के लिए दस ग्राम, युवको के लिए पन्द्रह ग्राम तथा स्त्रियो और वूढो के लिए वीस ग्राम उचित है। आवश्यकता पडने पर गर्म, ऊष्ण या ठण्डे जल मे पिलाए या चटाएं। उचित यह है कि धीरे-धीरे चाय की तरह घूट-घूट पिया जाए। इसके अति-रिक्त मधु सर्वदा खाली मेदे पर पीना चाहिए। अधिक गर्म पानी मिलाकर हरगिज उपयोग न किया जाए वरन् इससे हानि का भय है। अच्छा यह है है कि शरद ऋतु में पानी को थोडा गर्म कर लिया जाए और ग्रीष्म ऋतु मे ठण्डा पानी लिया जाए (शरद ऋतु मे शुद्ध मधु प्राय दानेदार वन जाता है। दानेदार मधु को फिर पतला करने के लिए मधु की वोतल या वर्तन गर्मपानी

मे रखना चाहिए।) इस बात का सर्वदा ध्यान रखना चाहिये कि मधु कभी आँच पर गर्म न किया जाए, आँच पर चढाने या पकाने से मधु विष बनजाता है।

औषधि के रूप मे मधु के निम्नलिखित प्रयोग किये जा सकते हैं—

● **आधे सिर का दर्द**—यह दर्द सिर की एक तरफ—आधे भाग में होता है। प्रायः सूर्योदय समय शुरू होता है, दिन ढलने के पश्चात् उसमे कमी होने लगती है। यह दर्द इतना तीव्र होता है कि रोगी कष्ट के मारे सिर पटकता है, रगें जोर-जोर से फड़कती हैं, रोगी को ऐसा अनुभव होता है कि उसका सिर हथौड़े से कूटा जा रहा है, दर्द की टीस कान और दांतों तक जाती है। इसका उचित उपचार करने के लिए निम्नलिखित नुस्खा उपयोग कीजिए :

आधे सिर के दर्द के समय दूसरी ओर के नथने मे एक बूंद मधु डाल दें, डालते ही दर्द को आराम हो जाएगा—चमत्कारपूर्ण चिकित्सा है।

● **नजला-जुकाम**—दो छोटे चम्मच-भर मधु आधे नीबू के रस के साथ दिन मे तीन-चार बार उपयोग करना चाहिए। गर्म पानी के गिलास मे एक बडा चम्मच मधु और एक चम्मच अदरक का रस अच्छी तरह मिलाकर दिन मे तीन-चार बार पी लिया करें।

दूसरा योग—मधु तीस ग्राम और अदरक का रस दो छोटे चम्मच-भर—मिलाकर सर्दी से उत्पन्न नजला व जुकाम के लिए अचम्भे से कम नही है।

● **थकान**—सर्व प्रकार की थकान, चाहे मानसिक हो या शारीरिक, दूर करने के लिए मधु एक उत्तम चिकित्सा है।

आप जब भी शारीरिक या मानसिक थकान अनुभव करें, दो बड़े चम्मच शुद्ध मधु एक गिलास गर्म पानी मे अच्छी तरह मिलाकर पी लें, थकान दूर हो जाएगी।

● **मुंह के घाव**—सुहागा खील एक भाग को बारीक करके चार भाग मधु मे मिला दें, यह मरहम मुंह के घावो पर मलें और इसके कारण टपकने वाली थूक को बाहर गिराते रहे। इससे मुंह के घाव साफ होते हैं और बहुत जल्दी भर जाते हैं।

दूसरा योग . मधु शुद्ध सौ ग्राम, ग्लिसरीन आठ ग्राम, सुहागा तीन ग्राम—सुहागा को बारीक पीसकर मधु और ग्लिसरीन मे मिला कर रखें।

आवश्यकता के समय लगाने से जबान के फटने और मुह के छालो आदि के लिए गुणकारी है।

तीसरा योग : फिटकरी खील एक भाग, शुद्ध मधु दो भाग, सिर्का एक भाग। सिर्का और मधु मे फिटकरी मिलाकर पकाएँ। जब दवाई की चाशनी गाढी हो जाए, आच पर से उतार लें। प्रतिदिन प्रात. व साय दाँतो पर मला करें, दातो का हिलना बन्द हो जाएगा।

● दंत-रोग—शुद्ध मधु तीस ग्राम, सिर्का बढिया तीस ग्राम, फिटकरी खील पन्द्रह ग्राम, काली मिर्च चार ग्राम। दोनो औषधियाँ बारीक पीसकर मधु और सिर्का मे मिलाकर सुरक्षित रख लें। आवश्यकतानुकूल दोनो समय उगली द्वारा दाँतो पर मजन की तरह मलें। दाँतो का हिलना, कीडा लगना, दाढ का दर्द, पायोरिया तथा मैले दांतो आदि के सर्व विकारो मे हितकर है।

● नेत्र-रोग—शुद्ध हींग बारीक पीस कर मधु मे मिला लें। और सलाई द्वारा प्रात व साय आँखो मे लगाते रहें। इसका इस्तेमाल प्रारम्भिक मोतियाबिंद मे गुणकारी है, रात को दिखाई न देने मे भी लाभदायक है।

दूसरा योग—प्याज का रस और मधु एक-एक ग्राम मे भीमसेनी कपूर चार रत्ती मिलाकर शीशी मे सुरक्षित रखें, और सलाई द्वारा आँखो मे लगाएँ यह न केवल प्रारम्भिक मोतिया मे लाभदायक है बल्कि उतरा हुआ पानी भी साफ हो जाता है।

तीसरा योग—सोते समय शुद्ध मधु की तीन-तीन सलाइयां डाला करें, कुछ ही दिनो मे रात्रि समय कम दिखाई देने का कष्ट जाता रहेगा।

● कान के रोग—कानो के भीतर भिनभिनाहट की आवाज सुनाई देती हो, कानो मे बाजे-से बजते अनुभव हो तो इसके लिए निम्नलिखित नुस्खा प्रयोग कीजिए—

कलमी शोरा आधा ग्राम बारीक पीस कर आठ ग्राम मधु मे मिला और थोडे से गर्म पानी मे घोल कर कान में टपकाएँ, कान बजने की शिकायत दूर हो जाएगी।

दूसरा योग—शुद्ध मधु, ग्लिसरीन, बादाम रोगन, प्रत्येक पन्द्रह ग्राम और एक ग्राम अर्क शफा लेकर मिला लें। तनिक गुनगुना करके कान मे

डालें, इससे कान की पीप साफ होती है। धीरे-धीरे पीप निकलनी बद हो जाती है और कान बिल्कुल साफ हो जाता है।

अर्क शफा जो इस नुस्खे मे शामिल है बनाने की विधि इस प्रकार है : कपूर, सत पोदीना, सत अजवाइन, कारबालिक एसिड, मसल प्रत्येक बराबर वजन। सब को मिला कर शीशी मे डालकर रख दें, तेल हो जाएगा।

● गले के रोग—काली मिर्च, हींग, राई, केसर सब बराबर वजन बारीक पीसें और बराबर वजन मधु मिलाकर मुह मे रखें, और इसका रस चूसें। यदि आवाज बैठ गई हो तो खुल जाएगी।

दूसरा योग—दिन मे तीन बार एक बडा चम्मच मधु चाट लिया करें, गले की सूजन दूर करने के लिए अद्वितीय है।

तीसरा योग—तीस ग्राम मधु कप-भर पानी मे घोल कर गरारे करें, गले की सूजन, घाव और आवाज बैठने मे लाभदायक है।

चौथा योग—गरम-गरम दूध मे थोडा मधु और थोडी-सी ग्लिसरीन मिला कर गरम-गरम चाय की तरह पिए, गले की सूजन के लिए गुणकारी है।

● छाती और फेफडों के रोग—मधु फेफडो को बल प्रदान करता है, खांसी और गले की सर्वोत्तम चिकित्सा है। गले की खुश्की तथा स्नायु-कष्ट दूर करता है

छोटे बच्चो की छाती मे जब घ र र ''घ र र की आवाज आती है और वे बलगम खारिज नही कर सकते तो उन्हे यदि यह नुस्खा उपयोग कराया जाए तो इससे तुरन्त लाभ होता है।

काकडा-सगी (लाल रग की) पन्द्रह ग्राम, सत मुलेठी चार ग्राम, मुनक्का (जिसमे से बीज निकाल दिये गये हो) ग्यारह दाने। सब चीजो को पीस कर मधु मे मिलाकर चटनी बनाएं।

उपयोग विधि—बच्चे को आधा ग्राम से एक-दो ग्राम तक दें। नवजात शिशु की हालत मे उसकी मां को भी आठ ग्राम तक चटाए।

● पुरुषों के रोग—भैंस के दूध मे दो बडे चम्मच मधु अच्छी तरह घोल कर पीते रहना साधारण शारीरिक कमजोरी दूर करने तथा बल बढाने के लिये उत्तम है।

● प्याज का रस दो किलो और एक किलो मधु धीमी आँच पर इतना पकाए कि प्याज का रस जल जाए और मधु बाकी रह जाए। फिर जावित्री, लौंग और केसर प्रत्येक पाच-ग्राम मिलाए—बस पौरुष बल की लाजवाब टानिक तैयार है।

● भूसी ईस्पगोल पैंसठ ग्राम, बादाम रोगन तीस ग्राम, मधु सवा-सौ ग्राम, चाँदी के वर्क चार ग्राम—पहले भूसी ईस्पगोल बारीक करके बादाम रोगन मे मल लें, और मधु मे चाँदी के वर्क एक-एक करके घोलें। तत्पश्चात् सब चीजें मिला कर खरल करें।

प्रात व साय चार-चार ग्राम इस औषधि का उपयोग करना प्रमेह के लिये गुणकारी है।

● **बच्चों के रोग**—मधु मे थोडा नमक डालकर हल्की आँच पर रखें। जब मधु फट जाय तो साफ पानी लेकर थोडा-सा मिलाए, बच्चो की खाँसी के लिए लाभदायक टोटका है।

● शुद्ध मधु पन्द्रह ग्राम तथा अर्क गुलाब, अर्क सौंफ और अर्क पोदीना प्रत्येक तीस ग्राम। मधु को अच्छी तरह तीनो अर्कों मे मिला कर दिन मे तीन-चार बार दें, पेट दर्द मे अत्यन्त हितकर है।

● यदि बच्चे को हिचकी बहुत आ रही हो और स्वय बन्द न हो तो थोडा-सा मधु चटा दें, हिचकी ठीक हो जाएगी।

● यदि बच्चा सोते मे रो उठे तो समझ लीजिए कि वह बदहजमी के कारण स्वप्न देख रहा है। आप उसे कुछ दिन तक मधु चटाए, बदहजमी दूर होकर स्वप्न मे डरना और सोते मे रो उठने की शिकायत दूर हो जाएगी।

● **तपेदिक**—शुद्ध मधु आधा किलो, तबाशीर दो सौ ग्राम, दारचीनी, छोटी इलायची और तेजपात प्रत्येक बारह ग्राम। खूब बारीक करके मधु मे मिला कर सुरक्षित रखें।

चार ग्राम से पन्द्रह ग्राम तक, शोचनीय अवस्था मे तीस ग्राम तक भी उपयोग कराया जा सकता है। प्रात दूध के साथ सेवन किया जाने वाला तपेदिक के लिए यह एक उत्तम आयुर्वेदिक नुस्खा है।

● मोटापा—अनबुझा चूना पन्द्रह ग्राम, शुद्ध मधु तीन-सौ ग्राम—दोनो को मिला कर खरल करके कपड़छन करें, और शीशी मे डाल कर रख लें। प्रतिदिन प्रात व सायं आठ-आठ ग्राम चटाना चाहिए।

गाजर उपचार

● कमजोर दिमाग—यदि प्रात सात दाने गिरी बादाम खाकर ऊपर से सवा-सौ ग्राम गाजर का रस आधा किलो गाए के दूध मे मिला कर पियें तो दिमाग को बल मिलता है।

● आधे सिर का दर्द—गाजर के पत्ते गर्म करके रस निकालें और इसकी कुछ बूदें नाक और कान मे डालें, इससे छींकें आकर आधे सिर के दर्द को आराम होता है।

● सीने का दर्द—गाजरो को आंच पर पकाए और उनका रस निचोड़ कर मधु मिलाकर पिलाए तो इससे सीने का दर्द दूर हो जाता है।

● बलगमी खांसी—गाजर के रस मे मिश्री मिला कर पकाए और जब चटनी-सी बन जाए तो इसमे थोड़ा चूर्ण काली मिर्च मिलाए। इस चटनी के उपयोग से खांसी को लाभ होता है, बलगम सुगमता से निकलती है।

● पथरी—गाजर के बीज तथा शलजम के बीज बराबर वजन लेकर मूली को भीतर से खोखला करके इसमे भर दें। फिर मूली का मुह बन्द करके भूभल मे पकाए। जब भुर्ता हो जाए तो बीज निकाल कर खुश्क कर लें।

गुण-धर्म—ये बीज बन्द मूत्र को खोलते हैं, पथरी को गला कर निकाल देते हैं। आठ से बारह ग्राम तक उपयोग करते रहे।

● मासिक धर्म—गाजर के बीज पन्द्रह ग्राम कूट कर पानी मे उबालें और साफ करके सुर्ख शक्कर पचास ग्राम मिलाकर मासिक धर्म के दिनो मे उपयोग कराते रहे। कोई कष्ट न होगा।

● पौरुष बल के लिए—बढिया गाजरें लेकर ऊपर से छील लें और अन्दर से गुठली निकाल कर इन्हे कद्दूकश करें। अब इन एक किलो कद्दूकश गाजरो को गाए के एक किलो दूध मे पकाए। जब अच्छी प्रकार गल जाएँ और दूध सूख जाए तो उतार लें। तत्पश्चात् कड़ाही मे चार-सौ ग्राम घी डालकर इन

गाजरों को इतना भूनें कि वे अच्छी तरह लाल हो जाए। इसमे आधा किलो मिश्री डालने के पश्चात् निम्नलिखित सामग्री शामिल करें—

गिरी बादाम सत्तर ग्राम, गिरी पिस्ता तीस ग्राम, गिरी खरोंजी तीस ग्राम, गिरी अखरोट तीस ग्राम, गिरी चिलगोजा तीस ग्राम तथा नारियल सत्तर ग्राम।

गुण-धर्म—वीर्य बढाता है, पौरुष-बल प्रदान करता है। सत्तर से सौ ग्राम तक चांदी के वर्क में लपेट कर सेवन करें।

● **बच्चों की कमजोरी**—जिन बच्चो की कमजोरी का कारण ज्ञात न हो सके उन्हे गाजर का रस एक चम्मच से लेकर तीन चम्मच तक बराबर मात्रा गर्म पानी मिलाकर दिन मे दो-तीन बार पिलाना चाहिए। साथ ही ऐसे बच्चे की मा भी गाजर खाए या इसका रस पिए, इससे थोडे समय मे माँ तथा बच्चे का स्वास्थ्य भरसक उन्नत होगा।

गाजर का रस स्वस्थ बच्चो को भी पिलाया जाए तो उनका स्वास्थ्य दूसरे बच्चो की अपेक्षा उत्तम होगा।

● **पेट के कीड़े**—आधा किलो गाजरो का रस प्रतिदिन पीने से पेट के कीडे खारिज हो जाते हैं। यही लाभ प्रात खाली पेट गाजर खाने से प्राप्त किया जा सकता है। जो लोग यह समझते हों कि गाजर उन्हे हजम नही होगी वे रस पी लिया करें।

● **मसूढों के लिए**—यदि कच्ची गाजर का सत्तर ग्राम रस प्रतिदिन पीया जाए तो मसूढे और दातो के रोग आसानी से पैदा न होंगे, खून साफ रहेगा, फोडे-फुन्सी और खारिश न होगी। दिल व दिमाग और शरीर के अन्य भाग अच्छी हालत मे रहेगे और अपना काम कुशलतापूर्वक करते रहेगे।

● **हृदय रोग**—कुछ गाजरें भून कर उनके ऊपर का छिलका और गुठली निकाल दें और रात्रि समय चीनी की प्लेट मे रख कर ओस मे रख दें। प्रात इसमे थोडा गुलाब और मिश्री मिला कर खाए तो अत्यन्त गुण-कारी है।

मूली उपचार

● **पीलिया**—मूली के हरे पत्तो और टहनियो के सवा-सौ ग्राम रस मे तीस ग्राम शक्कर मिलाकर प्रात. सेवन करें, सब प्रकार के पीलिया के लिए अत्यन्त लाभप्रद है।

● दाद—मूली के बीज, आवलासार गंधक और बढ़िया गुग्गुल प्रत्येक पन्द्रह ग्राम तथा नीला थोथा आठ ग्राम। सब चीजों को बारीक करके सवा-सौ ग्राम मूली के रस में खरल करें और गोलियां बनाएं। एक-एक गोली मूली के रस में घिसकर दाद पर लगाएं, कुछ ही दिनों में दाद खत्म हो जाएगा।

● गुर्दे का दर्द—कलमी शोरा पन्द्रह ग्राम लेकर सवा-सौ ग्राम मूली के रस में खरल करें और जंगली बेर के बराबर गोलियां बना लें। एक गोली प्रातः व सायं पानी के साथ उपयोग करें।

● बवासीर—बढ़िया मूलियों का ऊपर से छिलका साफ करके छोटे-छोटे टुकड़े कर लें। इन पर नमक और काली मिर्च (चूर्ण) छिड़क कर बर्तन में डालें और बर्तन का मुंह बन्द करके कुछ दिन तक धूप में रखें, प्रतिदिन हिलाते रहें। यह एक बढ़िया अचार है जो कि बढ़ी हुई तिल्ली और बंद मूत्र के लिए लाभदायक है।

● विषैला डंक—पागल कुत्ते के काटने पर मूली के पत्ते गर्म करके तुरन्त घाव पर बांधने से विष निर्जीव हो जाता है, परन्तु शर्त यह है कि विष अभी सारे शरीर में न फैल गया हो।

बिच्छू शारीरिक रूप में जितना कमजोर है, कष्ट पहुंचाने में उतना ही घातक है। जिसे भी डंक मारता है घंटों उसे तड़पाता है, बल्कि किसी-किसी बिच्छू के काटने से शरीर मारे दर्द के अकड़ने लगता है। मूली बिच्छू की दुश्मन है। यदि बिच्छू पर मूली का छिलका या मूली का रस टपका दिया जाए तो वह तुरन्त मर जाता है। यदि काटे हुए स्थान से विष निकालकर मूली का रस टपका दिया जाए तो दर्द व सूजन में चैन पड़ जाती है।

● गले का घाव—गले के घाव की चिकित्सा करने के लिए मूली का रस और पानी दोनों बराबर मात्रा में आवश्यकतानुसार नमक मिलाकर गरारे करें।

● नेत्र रोग—मूली का रस छानकर कुछ समय तक किसी बर्तन में रखें, फिर छानकर निथार लें और आंखों में ड्रापर द्वारा डालें। जाला, धुंध और फूला के लिए लाभप्रद है।

घीयाकद्दू उपचार

● सिर-दर्द—ताजा घीयाकद्दू खरल में बारीक करके माथे पर लेप करें, थोड़ी देर में ही सिर-दर्द को आराम होगा।

● कान-दर्द—घीयाकद्दू का रस और लडकी वाली स्त्री का दूध बराबर वजन में मिला लें और कुछ बूंदें कान मे टपकाएं। कान के छेद को रुई से बन्द कर दें, तुरन्त दर्द बन्द होगा।

● दंत-पीड़ा—घीयाकद्दू का गूदा सत्तर ग्राम, लहसुन पन्द्रह ग्राम। दोनों कूटकर एक किलो पानी मे पकाएं। आधा पानी जल जाने पर गुनगुने पानी से कुल्लियां करें, दंत-पीडा तुरन्त बन्द हो जाती है।

● नेत्र-रोग—आवश्यकतानुसार घीयाकद्दू का छिलका छाव मे सुखा लें और फिर जला लें—अब चमत्कारपूर्ण औषधि तैयार है। इसे खरल मे पीस लें और तीन-तीन सलाइयां सुरमे की तरह आंखो मे लगाएं, थोडे ही दिनों में आंखो के सर्व रोग लुप्त हो जाएंगे।

● खून गिरना—छिलका घीयाकद्दू छाव मे सुखा लें और खूब बारीक पीस लें। बराबर वजन मिश्री मिलाकर सुरक्षित रखें। प्रात. खाली पेट आठ ग्राम से पन्द्रह ग्राम तक दूध की लस्सी या पानी के साथ सेवन करें, मुंह से खून आता हो, चाहे फेफडे के विकार के कारण हो या किसी दूसरे कारण, इसके उपयोग से तुरन्त बन्द हो जाता है।

● प्यास की तीव्रता—घीयाकद्दू का गूदा बारीक पीसकर सत्तर ग्राम रस निचोड़ें। इसमे तीस ग्राम मिश्री और पाव किलो सादा पानी मिलाएं। तीस-तीस ग्राम की मात्रा मे थोडे-थोडे समय पर पिलाते रहे।

● बन्द मूत्र—मूत्र रुक गया हो तो घीयाकद्दू का रस पन्द्रह ग्राम, कलमी शोरा एक ग्राम, मिश्री तीस ग्राम, आधा कप सादा पानी मे मिलाकर एक बार पिला दें। एक बार पिलाने से ही मूत्र खुल जाएगा। वरना ऐसी ही एक मात्रा और दें, मूत्र खुल जाएगा।

● कब्ज—आवश्यकतानुसार घीयाकद्दू लेकर काट लें और छाव मे सुखाकर बरीक पीस लें। तीस ग्राम सत्तू की तरह चीनी मिलाकर पियें, सर्व प्रकार के दस्तो मे लाभदायक है। कुछ दिन तक निरन्तर उपयोग करने से पुरानी कब्ज भी दूर हो जाती है।

● दिमाग और जिगर की गर्मी—घीयाकद्दू का गूदा सत्तर ग्राम, इमली तीस ग्राम, खाड (चीनी) पचास ग्राम—एक किलो पानी मे पकाएं। जब पानी चौथाई बाकी रह जाए तो उतारकर मलें और छानकर ठण्डा होने पर एक सप्ताह तक उपयोग करें। दिमाग और जिगर की गर्मी दूर होकर शुद्ध रक्त उत्पन्न होगा और दिमाग शक्तिशाली बनेगा।

● खूनी बवासीर—घीयाकद्दू का छिलका आवश्यकतानुसार लेकर छांव मे सुखाए और बारीक पीसकर सुरक्षित रखें। दोनो समय आठ से पन्द्रह ग्राम तक ताज़ा जल के साथ फाकिए, दो-तीन दिन के उपयोग से बवासीर का खून बन्द हो जाएगा। खूनी दस्तो के लिए भी यह औषधि रामबाण है।

● पीलिया—एक घीयाकद्दू लेकर धीमी आँच मे दबाकर भुर्ता-सा करें और इसका रस निचोडकर तनिक मिश्री मिलाकर पिए, जिगर की गर्मी तथा पीलिया के लिए चमत्कारी औषधि है।

● बच्चो का रोग—एक घीयाकद्दू लेकर उसमे छिद्र करें। इस छिद्र मे जितनी भी खूबकला आ सकें, भर दें। फिर काटा हुआ भाग ऊपर देकर गीली मिट्टी से लेप कर दें और तनिक खुश्क होने पर आग मे दबा दें। जब देखें कि भुर्ता-सा हो गया होगा तो आग से निकाल लें और मिट्टी इत्यादि हटाकर खूबकला निकालकर पानी से साफ करके सुरक्षित रखें। आयु-अनुसार बच्चो को चार रत्ती से एक ग्राम तक थोडे पानी मे घोलकर पिलाए। बच्चो के प्राय रोगो के अतिरिक्त पुराने ज्वर के लिए चमत्कारी है।

● तपेदिक—ताज़ा घीयाकद्दू लेकर उसके ऊपर जौ के आटे का लेप करके तथा कपडा लपेटकर भूभल मे दबा दें। जब भुर्ता हो जाए तो पानी निचोडकर शक्ति-अनुकूल पिलाते रहिए। पन्द्रह-बीस दिन मे तपेदिक का रोग जड मे चला जाएगा, भोजन हल्का और शीघ्र हजम होने वाला खाए।

● गर्भ मे—गर्भिणी को यदि गर्भ की अवधि के आरम्भिक और अन्तिम मास मे सत्तर ग्राम मिश्री के साथ प्रतिदिन सवा-सौ ग्राम कच्चा घीयकद्दू उपयोग कराते रहे तो गर्भ के बच्चे का रग शर्तिया निखर जाएगा।

● लडकी की बजाय लडका—जिन स्त्रियो के यहा प्राय लडकियां उत्पन्न होती हो वे गर्भ ठहरने के एक मास पश्चात् कच्चा घीयाकद्दू (बीज-समेत) मिश्री के साथ इस्तेमाल करना शुरू कर दें और तीसरे मास के अन्त तक जारी रखें तो लडकी की बजाए प्राय लडका उत्पन्न होता है, यह अनुभव पचास प्रतिशत सफल रहा है।

● गुर्दे का दर्द—गुर्दे के दर्द में घीयाकद्दू बारीक करके और थोडा गरम करके दर्द से स्थान पर इसकी मालिश करके लेप करें, दर्द को तुरन्त आराम होगा।

जामुन-चिकित्सा

लोग जामुन खाते हैं और गुठलियां बेकार समझकर फेंक देते हैं, हालांकि जामुन की गुठलियां बेकार वस्तु नहीं, यह कितने काम की वस्तु है, इसका अनुमान निम्नलिखित पंक्तियों से लगाया जा सकता है :—

● **मरोड़**—जामुन की गुठली छांव में सुखाकर चूर्ण बना लें। चार ग्राम यह चूर्ण दही की लस्सी के साथ दिन में तीन बार उपयोग करने से सर्व प्रकार के मरोड़ दूर हो जाते हैं। शरद ऋतु में दही की लस्सी के बजाए शर्बत अजंबार में मिलाकर चाट लें।

● **मोतियाबिन्द**—आंखों में पानी जाता हो या मोतियाबिंद उतर रहा हो तो जामुन की गुठली खुश्क करके बारीक पीस कर चार-चार ग्राम प्रातः व सायं पानी के साथ उपयोग करें और जामुन की गुठली बराबर वजन मधु में पीस कर सलाई द्वारा प्रातः व सायं आंखों में लगाएं। प्राय लोगों की यह धारणा कि एक बार मोतियाबिंद उतरना शुरू होने पर रुकता नहीं, यह औषधि मिथ्या प्रमाणित कर देगी।

जामुन की गुठलियां सुखा कर और बारीक पीस कर तथा मधु मिलाकर बड़ी-बड़ी गोलियां या बत्तियां बना रखें। आवश्यकता के समय मधु में घिस कर लगाएं। एक बार बनाकर वर्ष-भर तक काम में ला सकते हैं।

● **स्वप्नदोष**—जिन्हें रात्रि के समय बुरे स्वप्न के कारण या वैसे ही वीर्यपात होता हो, वे जामुन की गुठली का चूर्ण चार-चार ग्राम प्रात व सायं पानी के साथ करें।

● **खूनी दस्त**—जामुन की गुठली पन्द्रह ग्राम प्रात व सायं पानी में रगड़ कर पिलाना चाहिए।

● **आवाज बैठना**—जामुन की गुठलियों की मधु मिलाकर बनाई गोलियां मुंह में रख कर चूसने से बैठा गला ठीक हो जाता है और आवाज का भारीपन दूर हो जाता है। यदि देर तक उपयोग किया जाए तो देर से

बिगडी आवाज भी ठीक हो जाती है। अधिक बोलने या गाने वालो के लिए यह एक चमत्कारी वस्तु है।

● **पतला वीर्य**—जिनका वीर्य पतला हो और तनिक-सी उत्तेजना से शरीर से बाहर निकल जाता हो, वे पांच ग्राम चूर्ण जामुन की गुठली प्रतिदिन साय को गर्म दूध के साथ उपयोग करें, इससे वीर्य बढता भी है।

● **संग्रहणी-मरोड**—जामुन के वृक्ष की छाल छाँव मे सुखाकर बारीक पीसें और कपडछान करें। चार-चार ग्राम प्रात , दुपहर और साय ताजा जल के साथ या गाय की छाछ के साथ सेवन करने से सग्रहणी, दस्त और मरोड मे गुणकारी है।

● जामुन की गुठली की गिरी, आम की गुठली की गिरी, काला हलेला (जग हरड) बराबर वजन लेकर चूर्ण बनाए। पानी के साथ चार ग्राम फाक लेने से दस्त बन्द हो जाते हैं।

● **मधुमेह**—छाँव मे सुखाई छाल बारीक पीस कर आठ-आठ ग्राम प्रात , दुपहर और साय ताजा जल के साथ सेवन करना मधुमेह के लिए गुणकारी है।

● जामुन की गुठली का चूर्ण पाँच रत्ती साय जल के साथ उपयोग करने से मूत्र मे शरकरा आने के रोग मे लाभप्रद है।

● **मासिक स्राव की अधिकता**—जामुन की पन्द्रह ग्राम तर व ताजा छाल आधा कप पानी मे रगड कर और छान कर प्रात. और साय पिलाना स्त्रियो के प्रदर रोग तथा मासिक स्राव की अधिकता के लिए गुणकारी है।

● **लिकोरिया**—छाँव मे सुखाई और बारीक पीस कर कपडछान की हुई जामुन की छाल पाच-पाँच ग्राम प्रातः व साय पानी के साथ उपयोग करने से लिकोरिया दूर हो जाता है।

● **सूजाक**—पन्द्रह ग्राम जामुन का तर व ताजा छिलका आधा कप पानी मे घोट-छान कर प्रात व साय पिलाना सूजाक को ठीक करता है।

जामुन की छाल छाँव मे सुखाकर वारीक पीस कर और कपडछन करके आठ-आठ ग्राम प्रात व सायं पानी के साथ सेवन करना नूजाक के घाव को अच्छा करता है।

● दंत-रोग—जामुन की छाल छाँव मे सुखाकर वारीक पीसकर कपड-छान करें। प्रात व साय मजन के रूप मे दाँत और मसूढों पर मल कर मुह साफ पानी से साफ कर लेना चाहिए, दाँतो और मसूढो के समस्त रोग दूर हो जाते हैं तथा हिलते दाँत भी ठीक हो जाते है।

तरबूज-चिकित्सा

● सिर-दर्द—सिर-दर्द कई प्रकार का होता है। ऐसे सिर-दर्द के लिये जो गर्मी के कारण हो, नीचे लिखे टोटके लाभदायक हैं। केवल यह देख लिया जाए कि रोगी मे गर्मी के चिह्न पाए जाते हैं या नही, अर्थात् यदि रोगी का सिर हाथ लगाने पर गर्म अनुभए हो, या रोगी को सिर-दर्द की शिकायत आँच के निकट बैठने या धूप मे चलने-फिरने के कारण शुरू हो तो ये नुस्खे लाभदायक हैं :—

● तरबूज का गूदा मलमल के वारीक तथा स्वच्छ रूमाल मे डाल कर निचोडें और रस को काँच के गिलास मे डालकर थोडी मिश्री मिला कर प्रात पिलाना चाहिए, आराम होगा।

● तरबूज के वीज या गिरी उरल या कूडी इत्यादि मे डाल कर और पानी मिलाकर खूब घोटें कि मक्खन के समान मुलायम लेप वन जाए। रोगी के सिर पर यह लेप कर दे, सिर-दर्द तुरन्त ठीक हो जायगा।

● वहम और पागलपन—यदि रोगी के वहम की तीव्रता के कारण पागलपन का भय हो रहा हो, दिन-भर इसी प्रकार के विचार सताते रहते हो, नींद बहुत कम आती हो तो निम्नलिखित नुस्खे उपयोग मे लाएँ। इनके निरन्तर उपयोग द्वारा इक्कीस दिन मे यह रोग दूर होकर रोगी स्वस्थ हो जाता है —

(1) तरबूज का गूदा निचोड कर निकाला हुआ एक कप रस गाए का दूध एक कप, मिश्री तीस ग्राम—एक सफेद वोतल मे डाल कर रात्रि-समय

चाँद के प्रकाश मे किसी खूटी आदि से लटका दें और प्रात निराहार रोगी को पिला दें, ऐसा इक्कीस दिन निरन्तर करते रहें, दिनोदिन वहम मिटता जाएगा।

(2) पन्द्रह ग्राम तरबूज के बीज की गिरी-रात्रि-समय पानी मे भिगो दें और प्रात घोट कर इसमे तीस ग्राम मिश्री तथा पचास ग्राम गाए का मक्खन मिला कर सेवन कराने से वहम दूर हो जाता है। इसमे यदि चार दाने छोटी इलायची भी मिला लें तो उत्तम है।

● कै—यदि भोजन के पश्चात् कलेजा जलने लगता हो और फिर कै हो जाती हो—और कै मे भोजन पीलापन लिए निकलता हो तो इसके लिये तरबूज सर्वोत्तम चिकित्सा है। प्रतिदिन प्रात. एक कप तरबूज का रस थोडी मिश्री मिला कर पी लिया करें, पाचन ठीक होकर कै की शिकायत जाती रहेगी।

तरबूज निस्सन्देह एक मीठा और स्वादु फल है, परन्तु यदि इस पर काली मिर्च, काला जीरा तथा पिसा हुआ नमक छिडक लिया जाए तो न केवल इसका स्वाद बढ जाता है बल्कि सर्वोत्तम पाचन औषधि भी बन जाता है। इसे खाते ही निरन्तर डकार आकर भूख चमक उठती है।

● प्यास की तीव्रता—जिस व्यक्ति को बार-बार प्यास लगती हो और वह बार-बार पानी पीकर भी सन्तुष्ट न होता हो, उसके लिए तरबूज सेवन एक सर्वोत्तम चिकित्सा है। क्योकि इससे मन प्रसन्न होकर सन्तुष्टि हो जाती है। आवश्यकतानुसार तरबूज का पानी निकाल कर काँच के गिलास मे भर लें और इसमे थोडी मिश्री या शकजबीन मिला कर पिलाएँ, बस अन्दर पहुँचने की देर है प्यास तुरन्त दूर हो जाती है।

यदि प्यास की शिकायत क्षणिक हो तो दो या तीन बार मे, वरन् पुरानी होने की हालत मे निरन्तर सात-आठ दिन तक पिलाते रहने से पूर्ण स्वस्थ हो जाता है।

● हृदय धड़कन—तरबूज की गिरी एक तोला पानी मे घोट छानकर मिश्री या चीनी से मीठा करके ठण्डाई के रूप मे दिन मे दो-तीन बार पिलाएँ।

दिनोदिन इनका लाभ अनुभव होता जाएगा। इससे हृदय धड़कन और हृदय की कमजोरी को पूर्ण आराम हो जाता है।

एक रोगी जो कि दिन मे दो-तीन बार मूर्छित होकर गिर जाया करता था, इस उपचार से स्वस्थ हो गया।

● **कब्ज**—कब्ज के लिए भी कई दिन तक तरबूज का उपयोग करना लाभदायक है, क्योंकि जहा तरबूज खाने से मूत्र जारी होता है वहीं शोच भी खूब खुल कर होता है। निरन्तर दस दिन खाकर देखिये, फिर कहिएगा कि कब्ज कहा गई।

● **सूजाक**—तरबूज मे ऊपर से इस ढग से छिद्र करें कि इसे निकाले हुए टुकडे से फिर बन्द किया जा सके। अब इसमे शोरा कलमी आठ ग्राम और मिश्री साठ ग्राम डालकर फिर ऊपर से बन्द कर रात्रि समय चादनी में रख दें। प्रात मलमल के स्वच्छ रूमाल से छान कर काच के गिलास मे रोगी को पिलाए, सात-दिन मे सूजाक को अवश्य आराम होगा।

● **गर्मी का ज्वर**—वैद्यों ने ज्वर हो जाने के बहुत से कारण बताए हैं। उनमे एक यह भी है कि मनुष्य धूप में अधिक चलने फिरने से भी ज्वर मे ग्रस्त हो जाता है। इसलिए यहाँ ऐसे ज्वर की ही चिकित्सा दी जा रही है जो गर्मी के कारण हुआ हो। ऐसे ज्वर के लिये तरबूज एक बहुत बढिया उपचार है। दिन मे दो-तीन बार इच्छानुकूल तरबूज खाइये, ज्वर उतर जाएगा।

● **बवासीर**—बवासीर एक ऐसा रोग है जिसके पजे मे आजकल नब्बे-प्रतिशत लोग जकडे हुए हैं। बवासीर के लिए यहाँ एक कई बार का अनुभूत व चमत्कारी नुस्खा दिया जा रहा है जो कि अत्यन्त सुलभ और सरल होने के बावजूद बहुत गुणकारी है।

एक बडा और अच्छा तरबूज लेकर ऊपर मे एक टुकडा चाकू या छुरी से काट लें, और इस तरबूज में सवा-सौ ग्राम मजीठ और सवा-सौ मिश्री कूजा बढिया या बीकानेरी मिश्री बारीक करके डालें ऊपर से वही कटा हुआ टुकडा लगा दें। अब इसे किसी अनाज की बोरी मे पन्द्रह दिन तक पडा रहने दें और तत्पश्चात् निकल लें। तरबूज मे से जो रस निकले उसे मलमल के स्वच्छ रूमाल द्वारा निचोडें और शीशी मे डाल रखें।

सेवन-विधि—सारा रस सात रोज मे पी ले, ववासीर मे छुटकारा मिल जाएगा। गर्म पदार्थ विशेपत मिर्च, लहसुन, गुड तथा वैगन इत्यादि से परहेज करें और भोजन मे मूंग की दाल, रोटी, दूध-घी इत्यादि ही रहे।

नारंगी-चिकित्सा

● नजला और जुकाम—खूव पकी हुई नारगी का चौथाई किलो रस धीमी आच पर रखे और 170 फारेनहाइट तक गर्म करें, फिर पाच ग्राम वनफशा के पत्ते डाल कर तुरन्त नीचे उतार लें, और पाच मिनट तक वर्तन का मुह वन्द रखें। तत्पश्चात् छानकर गरम-गरम पिला दें। दिन भर जव भी प्याम लगे यही प्रयोग करें। खाना विल्कुल न खाना चाहिए। एक-दो दिन मे तबीयत ठीक हो जायेगी।

● खाँसी—खटाई खासी के लिये हानिकारक समझी जाती है परन्तु नारगी की खटाई खासी के लिए एक लाभदायक पदार्थ है। अच्छा तरीका यह है कि खाँसी मे पकी हुई नारगी के रस मे मिश्री डाल कर पिया करें।

● भूख न लगना—यदि आप अनुभव करते हैं कि भूख वहुत कम लगती है, खाया-पीया जल्दी पचता नही और भोजन करने के पश्चात् इसके स्वाभाविक आनन्द से वचित रहते हैं तो निम्नलिखित टोटके से काम लेकर अपनी भूख ठीक कीजिए।

नारगी छीलें और ऊपर चूर्ण सोठ तथा काला नमक छिडक कर खाए, एक सप्ताह मे ही भूख पहले से कही अधिक हो जाएगी।

● पसली का दर्द—नारगी की फाकें छिलका उतार कर छाव मे सुखा लें और कूट कर तथा कपडछन कर पानी के साथ सेवन करे, एक दो वार के उपयोग से पसली का दर्द चला जाएगा।

● टाइफायड—टाइफायड (सन्निपात ज्वर) के रोगी के लिए ऐसे आहार की आवश्यकता होती है जिसमे प्रोटीन की मात्रा न होने के समान हो। क्योंकि रोगी की पाचन-शक्ति क्षीण होती है। रोगी को ऐसा आहार

मिलना चाहिए जो मेदे पर भार न बने और तुरन्त पच जाए। ऐसी आवश्यकता केवल नारगी का रस ही पूरी कर सकता है। प्रतिदिन पाच-सात नारंगी का रस (थोडी-थोडी मात्रा मे) जहा रोगी को अधिक कमजोर नही होने देता वहा बढती हुई प्यास भी बुझाता है। इसके अतिरिक्त नारगी का रस शरीर से विषैला मल खारिज करता है। यदि रोगी को जौ का दलिया देना हो तो इसमे नारगी का रस शामिल कर लेना चाहिए।

● हृदय-बलवर्द्धक शर्बत—नारगी का रस एक किलो, मिश्री एक किलो अर्क बेदमुश्क पाव किलो, अर्क क्योडा पाव किलो—सब को मिलाकर शर्बत की चाश्नी तैयार करें। तीस ग्राम से साठ ग्राम तक एक कप पानी मे मिला कर उपयोग करें, गर्मी की तीव्रता को दूर करता है, हृदय को बल प्रदान करता है।

● नारंगी पेय—एक नारगी का रस, चीनी आवश्यकतानुसार, खाने का सोडा एक ग्राम।

एक गिलास पानी मे आवश्यकतानुसार कोई शर्बत मिला लें और खाने का सोडा इसमे घोल दें। अब एक ताजा नारगी छीलें और छिलके को दबा कर दो चार बूंद इसका रसशर्बत के गिलास मे डालें, सावधान रहे कि बहुत अधिक न पड़ जाए वरन् स्वाद बिगड जाएगा। फिर नारगी की फाकें स्वच्छ कपडे में दबा कर रस निकालें और इसे शर्बत मे मिला दें, तुरन्त उफान उठेगा। उफान पैदा होते ही गिलास को मुह लगा कर पी जाइए, अत्यन्त जायकेदार शर्बत है।

गुण-धर्म—मेदे की सूजन तथा चुभन को तुरन्त शान्त करता है। ग्रीष्म ऋतु मे इसका उपयोग मन को शान्ति प्रदान करता है, कब्ज के सुद्दो को खोलता है। पीलिया के लिये एक चमत्कारी औषधि है।

गर्मी मे यात्रा करने के पश्चात् उपयोग करने से थकावट दूर करता है, पाचन बढाता तथा खूब भूख लगाता है।

● नेत्र रोग—नारगी का रस और मधु बराबर वजन मिला कर रखें।

दो-दो बूद प्रात तथा रात्रि को सोते समय आंखो मे डालें। खुजली, धुन्ध, तथा कुक्करे दूर करती है।

● **सुन्दर सन्तान**—गर्भ-अवधि मे नारगी का अधिक उपयोग सुन्दर सन्तान उत्पन्न करने का एक गहरा रहस्य है, जिसका जी चाहे आजमा कर देख ले।

नींबू चिकित्सा

● **खासी**—एक नीबू के रस मे एक रत्ती लौंग का चूर्ण मिलाकर थोडे पानी मे घोलें और प्रति आठ घटे पिलाते रहे।

● **मुंहासे**—एक कप उबलते हुए दूध मे एक नीबू का रस मिलाइये और इस पर मलाई न जमने दीजिए और गाढा करके प्रात समय तैयार कर रखिए। सोते समय यह क्रीम (गाढी मलाई) मुंहासो पर लगाइये।

● **खुजली**—नारियल के तेल मे दो नीबू का रस मिला कर पकाए, इस गाढे लेप को खुजली के दानो पर लगाना लाभदायक है।

● **मितली**—आधे नीबू का रस, एक रत्ती जीरा, एक रत्ती चूर्ण दाना छोटी इलायची—सब मिलाकर छ-छ घन्टे पश्चात् उपयोग करें।

● **पेट-दर्द**—नमक तीन औंस, चूर्ण अजवाइन एक ग्रेन, चूर्ण जीरा दो ग्रेन, चीनी तीन ग्रेन और आधे नीबू का रस, सब चीजें मिला कर उपयोग कीजिए।

● **दन्त-पीडा**—चूर्ण लौंग एक छोटा चम्मच-भर नीबू का रस मिला कर दातो पर मलने से पीडा दूर होती है।

● **तीव्र जुकाम**—दो नीबू के रस मे डेढ कप खौलता हुआ पानी डालें और इच्छानुकूल मधु से मीठा कर रात्रि को सोते समय पीए, जुकाम की रामबाण औषधि है।

दूसरा योग—नीबू को खादी के ऐसे कपडे मे जो पानी मे भीगा हुआ हो लपेट कर ऊपर से चिकनी मिट्टी का लेप कर दें और गरम राख मे दबा दें, ताकि भुर्ता-सा हो जाए। फिर गरम-गरम निकाल कर इसका रस

निकालिए । यह रस तुरन्त ही रोगी को पिला देने से जुकाम भाग जाएगा। यदि इसमें थोडी मात्रा शुद्ध मधु की की मिला ली जाए तो और भी अच्छा है।

● **बुखार में प्यास**—सब प्रकार के बुखार मे प्यास अधिक लगती है। इसके लिए नीबू का रस अत्यन्त लाभदायक है। यह चाय के चार चम्मच से लेकर छह चम्मच की मात्रा तक लिया जा सकता है।

● **दस्त व मरोड**—शौच जब कष्ट से हो रहा हो, या शौच के सग आव भी आ रही हो तो ऐसे समय नीबू का उपयोग बहुत अच्छा रहता है।

रोगी को एक नींबू का रस आधा कप पानी मे मिलाकर पिलाए और इसी प्रकार दिन मे पाच-सात बार दें। दस्त चाहे कितने ही तीव्र हो, इससे बन्द हो जाते हैं।

● **दूसरा योग**—गर्म दूध नींबू के रस द्वारा फटा कर पीना मरोड तथा जुलाब के लिये उपयोगी है।

● **सग्रहणी**—दवा एकदम साधारण, सेवन विधि नितान्त सुगम और रोग अत्यन्त घातक—निश्चय ही एक चमत्कार गिना जाएगा।

एक नींबू बीच से काट कर मूग के बराबर इसमे अफीम डालकर डोरी से बाध लें। फिर उसे आच पर लटका कर पकाए। जब पक जाए तो इस नींबू का रस चूसें, तीन दिन ऐसा करें, निश्चय ही सग्रहणी दूर हो जाएगी।

● **सिर चकराना**—गर्म पानी मे एक नीबू निचोड कर पीने से जिगर विकार के कारण सिर चकराना तथा आखो की चकाचौध दूर हो जाती है।

● **सुगम-प्रसव**—जिन स्त्रियो को प्रसव समय पीडा हुआ करती है, यदि, वे चौथे मास से प्रसव तक एक नींबू का शर्बत बनाकर प्रतिदिन पिया करें तो उन्हे बिना कष्ट के प्रसव हो जाएगा।

● **ब्यूटीलोशन**—नीबू का रस (तीन बार कपडे मे छना) तीस ग्राम, गुलाब अर्क (तीन आतिशा) तीस ग्राम, बढिया ग्लिसरीन तीस ग्राम—तीनो वस्तुए शीशी मे अच्छी प्रकार मिला लें। चेहरे का सौन्दर्य बढाने के लिए एक उत्तम लोशन तैयार है। चेहरे के धब्बे, मुहासे, कील इत्यादि दूर करने

के लिए अत्यन्त गुणकारी है। चेहरे का रग निखरता तथा त्वचा रेशम के समान मुलायम हो जाती है।

● त्वचा शोधक—किसी ऋतु विशेष मे त्वचा अत्यन्त भद्दी-सी लगने लगती है और विशेषकर गर्दन बहुत मैली-मैली दिखती है। यदि निम्नलिखित ढग से नीबू उपयोग किया जाए तो त्वचा शीघ्र ही अपने असली और आकर्षक रग पर आ जाती है।

एक भाग ग्लिसरीन (या आधा भाग ग्लिसरीन और आधा भाग अर्क गुलाब) और तीन भाग नीबू रस—दोनो मिलाकर एक फाये द्वारा गर्दन पर लगाइये। घोल को खूब अच्छी प्रकार त्वचा मे रचाइये। यह प्रयोग रात्रि को सोते समय करना चाहिए। रात्रि-भर गर्दन इसी हालत मे रहने दीजिए, दूसरे दिन प्रात धो डालिए। दो-तीन दिन तक ऐसा करने से त्वचा के सौन्दर्य मे भरसक वृद्धि होगी।

● रस रहित नीबू (जिनका रस निकाल लिया गया हो) नहाने के लिए उबटन का काम देते हैं। इनसे खूब निखार आता है और पानी मे जो प्राकृतिक खुश्की-सी रहती है, उसे दूर करते है। नीबू के छिलके गर्दन पर, हाथो पर तथा सारे शरीर पर खूब मलिए, ऐसा करने से रग निखरता है और त्वचा मुलायम हो जाती है।

● ग्लिसरीन साठ ग्राम, नीबू का रस पन्द्रह ग्राम, कारबालक एसिड बीस बूद—सबको मिलाकर खूब हिलाए, बस तैयार है। प्रतिदिन दोनो समय चेहरे पर मालिश करके कुछ मिनट पश्चात् पानी मे धो दें, थोडे ही दिनो मे चेहरे के सब धब्बे, कील तथा छाइया आदि दूर होकर चेहरा चमक जाएगा।

● **दाद के दो सर्वोत्तम नुस्खे**—दाद एक ऐसा रोग है जो कठिनता से ही दूर होता है। प्राय जब पसीना आता है तो दाद मे अत्यधिक खुजली होती है। नीबू इसकी ठीक चिकित्सा है।

(1) कागजी नीबू के रस मे बारूद पीसकर दाद पर लेप करें। इससे दाद कितना ही पुराना हो निश्चय ही आराम हो जाता है। इसकी एक यह

भी खूबी है कि इसे अधिक देर तक उपयोग करने की आवश्यकता ही नही पडती।

(2) नौसादर नीवू के रस मे पीसकर दाद पर लेप करने से कुछ ही दिनो मे दाद को आराम हो जायेगा।

● **सीने की जलन**—आधे नींबू का रस आधा कप पानी मे मिलाकर पीने से सीने की जलन मे वडा आराम मिलता है।

● **तिल्ली**—तिल्ली वढ जाने की हालत मे नीवू का उपयोग वहुत गुणकारी सिद्ध हुआ है।

दो नीवू के दो-दो टुकडे कीजिए और नमक छिडक कर तथा थोडा गर्म कर चूसिए। कई दिन तक ऐसा करते रहने से वढी हुई तिल्ली अपनी असली अवस्था मे आ जाएगी।

● **मलेरिया**—एक वडे नीवू के पतले-पतले टुकडे कर मिट्टी के वर्तन मे दो कप भर पानी के साथ इतनी देर पकाए कि आधा पानी रह जाए। इसे रात्रि-भर खुली जगह रखकर ठण्डा किया जाए और प्रात पिलाया जाए, अत्यत लाभदायक है।

● **ववासीर**—कागजी नीवू काटकर दोनो टुकडो पर पिस हुआ कत्था डालकर नींवू मे जितना रच सके रचा दें। फिर दोनो टुकडे प्लेट मे रखकर वाहर ओस मे रख दें। प्रात. दोनो टुकडे चूस लें। पहली ही मात्रा से खून वन्द हो जाता है और भूख भी खूव लगती है।

● **हैजा**—नीवू गर्म करके चीनी लगाकर चूसना मितली तथा हैजे के लिए उपयोगी है।

मात्रा . दो नीवू। हैजे मे नीवू और प्याज के रस मे चीनी मिलाकर शर्वत तैयार कर लें। आवश्यकता पडने पर थोडा-थोडा चाटें। शर्वत चीनी के वर्तन मे तैयार करें।

● **हिस्टीरिया**—भुनी हीग के सग नीवू उपयोगी है।

मात्रा : एक रत्ती हीग और आठ ग्राम नीवू का रस। एक मास तक निरतर उपयोग करने से आराम हो जायेगा।

● **मोतियाबिंद**—यदि मोतियाबिंद होने के लक्षण प्रकट हो जाए, यानि धुंधला दिखाई देने लगे तो सेंधा नमक नीबू के रस मे रगडकर तनिक-सा आँख मे काजल की तरह लगाने से मोतियाबिंद रुक जाता है।

● **श्वास की दुर्गन्ध**—जिस व्यक्ति के मुह से दुर्गन्ध आ रही हो उसका दूसरो के बीच बैठना मुसीबत हो जाता है। इसकी चिकित्सा निम्न-लिखित तरीके से कीजिए

नीबू का ताजा रस एक भाग, गुलाब अर्क दो भाग—दोनो मिलाकर प्रतिदिन प्रात' व साय इससे कुल्लिया करें। इससे न केवल श्वास की दुर्गन्ध दूर होकर सुगन्ध आने लगेगी बल्कि मसूढो के घाव, मासखोरा आदि रोग भी दूर हो जाते हैं। इसके अतिरिक्त दांत साफ होते हैं और मुह सब प्रकार के कीटाणुओ के प्रति सुरक्षित हो जाता है।

● **गर्भपात की चमत्कारी दवा**—अफीम साफ की हुई (पकाई हुई) पन्द्रह ग्राम, रसौंत शुद्ध साफ की हुई (पकाई हुई) साठ ग्राम। किसी साफ खरल मे नीबू के रस या अनार के रस मे एक घंटा तक खरल कर आधी-आधी रत्ती की गोलियाँ बनाए।

गर्भपात के समय इसकी कुछ गोलिया उपयोग की जाए तो गिरता हुआ गर्भ रुक जाता है। अवसरानुकूल पन्द्रह-पन्द्रह मिनट या एक-एक घंटे पश्चात् दो-चार गोलियाँ ग्रीष्म-ऋतु मे शर्बत सदल से और शरद ऋतु मे चावल की माड से दें।

अनार-चिकित्सा

● **नेत्र-खुजली**—अनार के दानो के रस को तांबे की कटोरी मे डालकर आंच पर पकाएँ, गाढा होने पर जस्त के डिब्बे मे रख लें। प्रतिदिन एक-एक सलाई आंखो मे लगाने से आँखो की खुजली, पलकों के बाल गिरना, आखो का लाल रहना इत्यादि कष्ट दूर हो जाते हैं।

● **आंख की सुर्खी व दर्द**—खट्टा अनारदाना (खुश्क) पानी मे भिगोकर मलें। इस प्रकार लगभग साठ ग्राम पानी तैयार करके इसमे एक ग्राम अफीम

और तीन ग्राम फिटकरी घोलकर आंच पर पकाए। जब सारा पानी डालकर घोल गोलियां बनने योग्य गाढा हो जाए तो लम्बी-लम्बी सलाइयां-सी बनाकर रख लें।

सेवन-विधि : आवश्यकता पडने पर रात्रि समय एक सलाई अर्क गुलाब या सादे जल मे घिसकर आंखो के आसपास लेप करें।

गुणधर्म : दर्द, टीस तथा सुर्खी के लिए एक चमत्कारी औषधि है। प्राय: पहले दिन ही भरसक आराम होता है।

● दांतों से खून आना—दांतो या मसूढो से खून आता रहता हो तो निम्नलिखित नुस्खा तैयार करके उपयोग में लाइये—

अनार के फूल छांव मे सुखाकर बारीक कर लीजिए। प्रात व साय मंजन की तरह दांतों मे लगाए, खून बन्द हो जाएगा। इस प्रकार हिलते दांत भी मजबूत हो जाते हैं।

● पेट-दर्द—अनार के दाने निकाल लीजिए—नमक और काली मिर्च पिसी हुई छिटक कर रस चूसें, पेट-दर्द तुरन्त दूर हो जाएगा। जिन्हे भूख न लगती हो वे इसी तरह प्रात सेवन करें।

● जिगर व मेदा विकार—अनार का रस एक किलो किसी स्वच्छ वर्तन मे कुछ घटे रख दीजिए ताकि निथर जाए। अब इस निथरे रस को दूसरे वर्तन में डालकर चौथाई किलो मिश्री घोलें और तत्पश्चात् सौंफ का बारीक चूर्ण पन्द्रह ग्राम मिला दें। अब इसे बोतलो मे भर लीजिए, बोतल का एक तिहाई भाग खाली रहे। इन बोतलो को कार्क लगाकर धूप मे रखें और कभी-कभी इन्हें हिलाते भी रहें। एक सप्ताह पश्चात् उपयोग करना शुरू करें।

सेवन-विधि . पचास से सत्तर ग्राम तक दिन मे दो बार। इससे भूख बढती है, दिल को ताकत मिलती है, वीर्य बढता है और चेहरे का रग लाल होने लगता है।

● पीलिया—अनार के दानो का रस एक छटाक रात्रि-समय लोहे के एक स्वच्छ वर्तन मे रख दें, प्रात: थोडी मिश्री मिलाकर पियें—कुछ ही दिनो मे पीलिया दूर होकर खून पैदा होने लगेगा।

● हृदय-बलवर्द्धक शर्बत—अनार के दानों को निचोड़कर एक किलो रस निकालें और इसमें तीन किलो चीनी मिलाकर साधारण रीति में चाशनी बना लें। प्रात व सायं साठ-साठ ग्राम यह शर्बत ताजा जल में मिलाकर उपयोग करें, इससे प्यास बुझती है, कै दूर होती है, दिल को बल मिलता है तथा दिल की धड़कन के लिए गुणकारी है।

● भूख बढ़ाने वाला शर्बत—मीठे अनार का रस सवा-सौ ग्राम, खट्टे अनार का रस सवा-सौ ग्राम, सेब का रस चौथाई किलो, नींबू का रस चौथाई किलो, हरे पोदीने का रस चौथाई किलो तथा मिश्री दो किलो—शर्बत बनालें।

सेवन-विधि पचास-पचास ग्राम प्रात व सायं।

यह शर्बत जिगर तथा मेदे के विकार दूर करके खूब भूख लगाता है। हैजे के दिनों में इसका उपयोग अत्यंत लाभदायक सिद्ध होता है।

अनार का छिलका

● नेत्र-रोग—अनार का छिलका बीस ग्राम कूटकर दो किलो पानी मिला कर ताँबे के बर्तन में गर्म करें। पानी चौथाई रह जाने पर उतारकर छान लें। फिर दोबारा आंच पर चढ़ाएँ, मधु के समान गाढ़ा हो जाने पर ठण्डा करके शीशी में भरें। दोनों समय सलाई द्वारा आंखों में लगाएं। आंखों की जलन, गर्मी तथा धुंध दूर होती है।

● खांसी—अनार का छिलका आठ भाग, सेंधा नमक एक भाग। खूब बारीक पीसकर कपड़छन करें और पानी के साथ एक-एक ग्राम की गोलियां बनाएँ। दिन में तीन बार एक एक गोली मुँह में रखकर चूसें, खांसी दूर हो जायेगी।

● बवासीर—अनार का छिलका बारीक पीसकर आठ-आठ ग्राम प्रातः व सायं ताजा जल के साथ उपयोग करने से खूनी बवासीर दूर हो जाती है।

● मूत्र की अधिकता—अनार का छिलका पीसकर चार से छह ग्राम तक ताजा जल के साथ कुछ दिन तक उपयोग करने से लिंगेन्द्रिय की गर्मी तथा मूत्र की अधिकता दूर होती है।

● स्वप्न-दोष—अनारका छिलका पीसकर चार-चार ग्राम पानी के साथ प्रात. व साय उपयोग करें।

● मुंह की दुर्गन्ध—यदि मुंह से पानी आता हो या मुह में दुर्गन्ध पैदा होती हो तो तीन-तीन ग्राम पिसा हुआ छिलका पानी से प्रात व साय उपयोग करें तथा छिलका उबालकर गरारे और कुल्लिया करें।

अंगूर-चिकित्सा

अगूर द्वारा कई रोगो की सफल चिकित्सा की जा सकती है —

● कान की पीप—कान से पीप वहती हो तो खट्टे अगूर का रस आंच पर रखकर पका लीजिए। गाढा होने पर किसी खुले मुह की शीशी मे रखिए। आवश्यकता पडने पर दो भाग मधु मे मिला कर और गुनगुना करके कान मे डालें, कुछ दिनो मे ही पीप विल्कुल वन्द हो जाएगी।

● वालझड़—वालझड यानि गज के लिए वढिया किशमिश एक भाग और एलवा आधा भाग खरल मे पीस लें और पानी मिलाकर लेप तैयार करें। कुछ दिन तक यह लेप लगाने से गज दूर होकर वाल पैदा हो जायेंगे।

● खासी—गिरी वादाम पन्द्रह ग्राम, चूर्ण मुल्हेठी पन्द्रह ग्राम, वीज रहित मुनक्का पन्द्रह ग्राम—सभी कूट-पीसकर चने के वरावर गोलिया वनाए। एक-एक गोली मुह मे रखकर चूसते रहे, खासी से छुटकारा मिल जायेगा।

● आंख दुखना —खट्टे अगूर का रस ड्रापर द्वारा दो-दो वूद दुखती आंखो मे डालें, आराम हो जाएगा।

● आख में खुजली—आखो मे खुजली हो, पलको के वाल गिरने लगें तो अंगूर का रस आच पर रखकर पकाए और गाढा होने पर शीशी मे डालकर रखें। रात्रि समय सलाई द्वारा आँखो मे लगाने से आराम होगा।

● नकसीर—मीठे अगूर का रस नाक मे खीचने से नकसीर तुरन्त वन्द हो जाती है।

● स्त्री रोग—योनि से श्वेत पदार्थ वहता रहता हो, पाचन विगट गया हो, चेहरा वेनूर हो रहा हो, पेट फूल गया हो, कब्ज और गिर दर्द की शिकायत रहती हो तो अगूर का रस चार-पाच चम्मच-भर प्रातः व साय उपयोग करने मे लाभ होता है। गर्भिणी को यदि दैनिक उपयोग कराया जाए तो उसे मूर्छा, चक्कर, दतपीडा, मरोट, अफरा और कब्ज आदि शिकायतें नही होगी। गर्भ का वच्चा भी स्वम्थ तथा वलवान होगा—यदि किसी ऋतु मे अगूर उपलब्ध न हो तो किशमिश काम मे लाई जा सकती है। किशमिश—अगूर का सूखा हुआ फल है।

● हृदय वलवर्धक—किशमिश स्वच्छ तीस ग्राम, केसर चार रत्ती—रात्रि समय मिट्टी के प्याले मे एक कप पानी डालकर भिगोए और प्याले पर एक वारीकसर-कपडा वाधकर ओस मे रख दें। प्रात किशमिश खाकर ऊपर से यह पानी पी लिया जाए तो हृदय को वल मिलता है।

● मिरगी—चूर्ण अश्वगन्धा पन्द्रह ग्राम और वीजरहित मुनक्का तीस ग्राम—दोनो को रगडकर चटनी वनाए। दो ग्राम दैनिक मात्रा मे आरम्भ करके तीन-चार ग्राम दैनिक तक पहुँचाए और इस कौडियो के दाम की औपधि का चमत्कार देखें।

● पीलिया—वीजरहित मुनक्का पन्द्रह दाने सिरका अगूरी तीस ग्राम मे रात्रि समय भिगो दें। प्रात थोडा नमक व काली मिर्च लगाकर उपयोग किया जाए, कुछ ही दिनो मे पीलिया से छुटकारा मिल जाएगा।

● कब्ज—मीठी किशमिश (जिसमे खटास वहुत कम हो) तीस ग्राम प्रतिदिन निरन्तर पन्द्रह दिन तक खाते रहें। किशमिश न मिले तो स्वभाव-अनुकूल वीस या तीस ग्राम वीजरहित मुनक्का खा लिया करें। पुराने कब्ज मे भी लाभदायक है।

● गुर्दे का दर्द—अगूर की वेल के तीस ग्राम पत्तो को पानी मे पीसकर छान लीजिए और नमक मिलाकर पीजिए, गुर्दे दर्द का तडपता हुआ रोगी इससे चैन पा जाएगा।

● मासिक धर्म की रुकावट—वादाम गिरी (छिलका समेत) पचास ग्राम, हरी किशमिश सवा सौ ग्राम, नारजेल सौ ग्राम, वढिया छुहारे आठ दाने—

सबको कूटकर रख लें। मासिक धर्म के दिनो मे सत्तर ग्राम प्रतिदिन गर्म दूध के साथ उपयोग करते रहने पर मासिक धर्म खुलकर जारी हो जाएगा।

● **बच्चों की कब्ज**—बच्चे को कैसी ही कब्ज क्यो न हो, एक चम्मच रस के पश्चात् ही शौच हो जाएगा। दांत निकलते समय दैनिक प्रातं व साय रस देने से बच्चा न अधिक रोता है और न उसे दात निकलने मे अधिक कष्ट ही होता है। इसके अतिरिक्त बच्चे को सूखे का रोग भी नही होने पाता। जिन नन्हे बच्चो को चक्कर और फिट आते हैं उन्हें भी यदि अगूर का रस दिन में तीन बार पिलाया जाए तो निश्चय ही कुछ दिनो मे फिट आने का रोग दूर हो जाता है और स्वास्थ्य बहुत अच्छा हो जाता है।

सेव चिकित्सा

● **आंख की लाली**—सेव का टुकडा काटकर तथा छीलकर और नर्म करके (कूट कर) दुखती आख पर रखकर ऊपर से स्वच्छ मलमल की पट्टी बाध देने से आराम होगा।

● **सिर दर्द**—एक या दो सेव छीलकर और नमक लगाकर निराहार खूब चबाकर खाइये। तीन-चार के उपयोग से तीव्र-से तीव्र सिर-दर्द को आराम हो जाएगा।

● **दिमाग की कमजोरी**—आजकल कमजोर दिमाग के रोगी बहुत पाए जाते हैं, बल्कि यो कहना चाहिए कि जितने नजला-जुकाम के स्थायी रोगी दृष्टिगोचर होते हैं उनमे अस्सी प्रतिशत रोगी वास्तव मे कमजोर दिमाग के रोगी हैं। ऐसे रोगियों को नजला-जुकाम रोकने वाली औषधियो से इस कारण लाभ नही होता कि वास्तव मे उनकी बीमारी दिमाग की कमजोरी होती है। इसीलिए जब तक दिमाग की कमजोरी दूर न हो ऐसे रोगियो का स्वस्थ होना असम्भव है।

भोजन से दस मिनट पहले एक या दो सेब (बढिया) बिना छीले चबा-चबाकर खाइये, थोडे ही दिनो मे दिमाग की कमजोरी दूर हो जाएगी।

● खांसी—एक पका हुआ सेब कूटकर स्वच्छ कपड़े मे निचोड़कर रस निकालिए, थोडी मिश्री मिलाकर प्रात पिलाए। कुछ दिनो के उपयोग से खाँसी भाग जाएगी।

● कै—कच्चे सेब का रस थोडा नमक मिलाकर पिलाए, तुरन्त कै बन्द हो जाएगी।

● पेट के कीडे—रात्रि को सोते समय एक-दो सेब खाए, ऊपर से पानी हरगिज न पिए। सात दिन तक ऐसा करने से पेट के कीडे मर कर शौच द्वारा निकल जायेंगे।

● प्यास की तीव्रता—दो सेब का रस एक कप पानी में मिला कर पिलाने से प्यास की तीव्रता दूर हो जाती है।

● चमत्कारी टॉनिक—प्रतिदिन निराहार तीन-चार सेब खाकर ऊपर से दूध पिया जाये तो एक-दो मास मे ही स्वास्थ्य मे आश्चर्यजनक परिवर्तन हो जाएगा। त्वचा का रग निखरता है, चेहरे पर लाली झलकती है तथा यौन सम्बन्धी सब कमजोरिया दूर हो कर शरीर मे जीवनदायक स्फूर्ति दौडने लगती है। सक्षेप मे यह कि इस उपयोग द्वारा वे तमाम गुण प्राप्त हो जाते हैं जिनकी चर्चा बडी-बडी कीमती दवाइयो के विज्ञापनो मे तो पायी जाती है परन्तु जो वास्तव मे किसी औषधि द्वारा प्राप्त नही होते।

● यौन-बलवर्द्धक—एक पका हुआ सेब छीलकर उसमे जितने भी लौंग आ सकें चुभोए, एक सप्ताह पश्चात ये लौंग निकालकर किसी शीशी मे रख लें। प्रात दैनिक चार से छह लौंग तक उपयोग करें और फिर देखें कितना शक्तिदायक है।

इस सुगम चुटकले का यदि काफी देर तक उपयोग किया जाए तो कमजोर से कमजोर व्यक्ति को भी पूर्ण युवा बना देता है।

● उपयोगी चाय—सेब के छिलके की बहुत मजेदार तथा सुगधित चाय तैयार होती है जो साधारण चाय, कहवा तथा कॉफी की तरह हानिकारक होने की बजाए स्वास्थ्यवर्द्धक सिद्ध हुई है। बूढो और कमजोरो के लिए इसे विशेपकर लाभदायक पाया गया है। इसमे यदि आवश्यकतानुसार

तथा इच्छानुकूल नीबू का रस मिला लिया जाए तो इसके गुणधर्म मे तीन गुणा वृद्धि हो जाती है।

यह चाय रोगोपरान्त होने वाली कमजोरी दूर करने के लिए सुप्रसिद्ध पेय 'ओवल्टीन' का काम देती है।

अनन्नास चिकित्सा

● गर्मी-तोड़ शर्बत—गर्मियों मे अनन्नास का शर्बत पीने से दिल व दिमाग को चैन प्राप्त होने के अतिरिक्त प्यास बुझ जाती है। मेदे और जिगर की गर्मी को शान्त करता है और मूत्र खुलकर लाता है। यदि किसी को पत्थरी की शिकायत मे मूत्र द्वारा रेत खारिज हो तो मूत्र लाने के गुण के कारण यह और भी उपयोगी सिद्ध होता है।

साधारणत अनन्नास का रस निकालकर इच्छानुकूल मिश्री या चीनी मिलाकर पीते है। परन्तु प्रत्येक स्थान पर तथा प्रत्येक ऋतु मे अनन्नास उपलब्ध न होने के कारण इसका शर्बत बनाकर रख लिया जाता है। शर्बत तैयार करने की विधि इस प्रकार है

अनन्नास छीलकर उसका बीज निकालें, तत्पश्चात् फाकें काटकर लकडी या पत्थर की ओखली मे कूटकर रस निकालें। यह रस एक किलो हो तो इसमें गुलाब अर्क और अर्क बेदमुश्क प्रत्येक डेढ सौ ग्राम और नीबू रस सत्तर ग्राम मिला लें। और तीन किलो चीनी डालकर धीमी आच पर (बर्तन ढक कर) इतना पकाए कि शर्बत पूरी तरह पक जाए।

साठ-सत्तर ग्राम यह शर्बत अर्क गाउजबान या ताजे जल मे बनाकर पिए। दिल व दिमाग को शात करता है, प्यास बुझाता है तथा खुलकर मूत्र लाता है।

● अनन्नास का मुरब्बा—उपरोक्त विधि से अनन्नास छीलकर और बीज से पृथक् कर गोल-गोल फाकें काट लें, तत्पश्चात् थोडे पानी मे पकाए, यहा तक कि वे गल कर नर्म हो जाए। अब इन फाको को फैलाकर फुरेरा करें और फिर चीनी की चाशनी मे डाल रखें। दो-तीन दिन पश्चात् चाशनी की जाच करें—यदि वह पतली लगे तो दोबारा पकाकर ठीक कर लें।

यह मुरब्बा दिल को बल तथा चैन प्रदान करता है, मूत्र भी लाता है।

● अजीर्ण—अनन्नास की फांकें कीजिए और पहाड़ी नमक तथा काली मिर्च पीसकर छिटकिए। इसके पश्चात् आंच पर गर्म कर खा लीजिए, अजीर्ण की शिकायत जाती रहेगी।

बादाम चिकित्सा

● अक्सीर दिमाग—अधिक मानसिक श्रम, रक्त की न्यूनता, अतिसंभोग तथा हृदय रोग आदि के कारण दिमाग कमजोर हो जाता है। सिर के पिछले भाग मे दर्द रहता है, दृष्टि कमजोर हो जाती है और स्मरण-शक्ति बिगड़ जाती है। निम्नलिखित नुस्खा देखने मे भले ही साधारण लगे परन्तु एक विचित्र अक्सीर है। निरंतर इक्कीस दिन तक परहेज के साथ उपयोग करने से दिमाग की कमजोरी दूर हो जाती है, स्वास्थ्य पहले से बहुत अच्छा हो जाता है। एक मात्रा प्रात लेने से तबीयत दिन-भर प्रसन्न रहती है।

गिरी बादाम सात दाने, छोटी इलायची चार दाने, छोहारा बढ़िया एक, मिश्री और गाय का मक्खन प्रत्येक सत्तर ग्राम।

विधि—बादाम गिरी तथा छोहारा रात को मिट्टी के कोरे कूजे में पानी डालकर भिगो दें, प्रात बादाम छील लें और छोहारे की गुठली निकाल दें। इलायची के दाने निकालकर खूब पीस लें फिर मिश्री मिलाकर बारीक करें, तत्पश्चात् मक्खन मिलाकर उपयोग करें।

● दूसरा योग—पानी मे भिगोकर छिले बादाम दस दाने बारीक घोट लें और उबलते हुए आधा किलो दूध मे मिलाएं। जब दो-तीन उफान आ जाए तो दूध आंच से उतारकर ठंडा करें और जब पीने योग्य हो जाए तो चीनी मिला लें, मधु मिलाना अधिक अच्छा है।

यह दूध अति स्वादु तथा बलदायक होता है। केवल दिमाग का पोषण तथा वीर्य-बल नही बढ़ाता बल्कि सारे शरीर का पोषण करता है।

नोट यदि चूर्ण दारचीनी दो ग्राम फांक कर ऊपर से यह दूध पिया जाए तो अधिक गुणकारी है।

● चश्मे से छुटकारा पाइये—बादाम गिरी सात दाने, सौंफ आठ ग्राम और मिश्री आठ ग्राम।

सौंफ और मिश्री को कूट लें और बादाम गिरी छीलकर तथा मामूली कूटकर मिला लें। रात्रि को सोते समय गरम दूध के साथ उपयोग करें और इसके पश्चात् पानी बिल्कुल न पिए।

चालीस दिन तक निरंतर सेवन करने से दृष्टि इतनी तेज हो जाती है कि चश्मे की आवश्यकता शेष नहीं रहती और दिमाग की कमजोरी दूर हो जाती है।

● तुतलाना—एक मास तक निम्नलिखित औषधि के उपयोग से तुतलापन शर्तिया दूर हो जाता है। कमजोरी, निढालता तथा मूत्र की तीव्रता के लिए रामबाण है। जो बच्चे छोटी आयु में शब्दों का ठीक उच्चारण नहीं कर सकते उनके लिए सर्वोत्तम नुस्खा है :

बादाम गिरी (छिली हुई) सत्तर ग्राम, चाँदी के वर्क पन्द्रह ग्राम, दारचीनी पन्द्रह ग्राम, लौंग पन्द्रह ग्राम, पिस्ता की गिरी तीस ग्राम, केसर आठ ग्राम तथा मधु दो-सौ ग्राम। समस्त सामग्री बारीक कूटकर अच्छी प्रकार मधु में मिला लें।

मात्रा चार से आठ ग्राम तक दूध के साथ।

● हृदय-बल-वर्द्धक—यदि आप चाहते हैं कि ग्रीष्म ऋतु में भी शरीर में खूब बल बना रहे और आपका चेहरा काबुली पठानों की तरह सुर्ख हो जाए तो आप निम्नलिखित सुगम नुस्खा अपने पूरे परिवार को उपयोग कराएँ :

बादाम गिरी (छिली हुई) तीस ग्राम, गिरी खरबूजा, गिरी खीरा, गिरी ककड़ी, गिरी तरबूज तथा गिरी कद्दू प्रत्येक तीस ग्राम, मुनक्का या किशमिश डेढ़-सौ ग्राम तथा सौंफ की गिरी तीस ग्राम।

समस्त सामग्री कूटकर इतनी बारीक करें कि सुरमे की तरह हो जाए। तब इसे खुले मुंह की शीशी में भर लें।

प्रतिदिन प्रात सत्तर ग्राम औषधि को थोडा-थोडा पानी मिलाकर कूडी-डडे से इतना घोटे कि पानी का रग दूध जैसा हो जाए। तत्पश्चात् तनिक गुलाब-जल मिलाकर एक गिलास पिए। यह एक गिलास का नुस्खा है। परिवार के प्रति सदस्य के लिए सत्तर ग्राम औषधि और एक गिलास पानी के हिसाब से यह पेय बनाना चाहिए।

इसके सेवन से कब्ज भी दूर होगी, भूख खूब लगेगी, शरीर मे स्फूर्ति रहेगी और प्यास भी नही सताएगी। इसके अतिरिक्त बारी के ज्वर का भय भी नही रहेगा।

यदि इस पेय में दूध मिलाना चाहें तो मिला सकते हैं। इस पेय का अधिक मात्रा मे उपयोग भी हानिकारक न होकर लाभदायक ही है। इसलिए दिन मे कई बार भी इसका उपयोग किया जा सकता है।

● जिगर की सूजन—बादाम गिरी (छिली हुई) दस दाने, छोटी इलायची दस दाने, सौंफ दो ग्राम तथा मुनक्का पांच दाने। समस्त सामग्री पानी मे घोटकर रस निकालें और मिश्री मिलाकर दिन मे दो या तीन बार पिलाए। हृदय और मस्तिष्क को बल देता तथा प्यास शान्त करता है, मेदे व जिगर की सूजन के लिए गुणकारी है।

● पीलिया—आठ बादाम, छोटी इलायची पांच दाने, छुहारा दो दाने। रात को मिट्टी के कोरे घडे मे भिगोएँ। प्रात: निकालकर छुहारे की गुठली और बादाम गिरी तथा इलायची का छिलका उतार कर कूँडी मे खूब घोटें तत्पश्चात् सत्तर ग्राम मिश्री मिला लें। अब इसमे सत्तर ग्राम गाय का मक्खन मिलाकर रोगी को चटाए, तीसरे दिन ही मूत्र साफ हो जाएगा।

लेखक स्वय एक बार इस रोग से ग्रस्त हुआ तो अनेक बढिया औषधियां विफल होने के पश्चात् बादाम का उपरोक्त विधि से उपयोग करने पर पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हुआ था, हालांकि अवस्था बहुत बिगड चुकी थी और दस रोज से कुछ न खाया था, रोटी के नाम से घृणा हो गई थी। पहली बार के उपयोग से ही लाभ अनुभव होने लगा।

अखरोट के चमत्कार

अखरोट की गिरी का पच्चीस से चालीस ग्राम तक अपनी शक्ति अनुसार उपयोग किया जा सकता है।

● खांसी और दमा—अखरोट गिरी (भुनी हुई), सत मुलेठी, बादाम गिरी (मीठी), गिरी कद्दू, निशास्ता, कीकर गोंद और बीहदाना—सब बराबर वजन कूटकर शुद्ध मधु मे चने बराबर गोलियाँ बना लें।

एक-एक गोली मुंह मे रखकर चूसें, सब प्रकार की खाँसी और गले की छिलन दूर करती है, दमे मे भी गुणकारी है।

● यौन-बल वर्द्धक—अखरोट गिरी मुनक्का तथा अजीर के साथ खाना यौन-बल-वर्द्धक है, मस्तिष्क के लिए विशेषकर लाभदायक है।

● मरोड़—इसे पानी के साथ पीसकर नाफ़ पर लेप करने से मरोड से छुटकारा मिल जाता है।

● विष-काट—मधु, प्याज और नमक के साथ अखरोट पीसकर पागल कुत्ते के काटे पर बांध दें, विष दूर होगा।

● अखरोट तेल—ताजे अखरोट की गिरी को बारीक कूटकर गाढे कपड़े की थैली मे भर कर शकजा मे दबाए—श्वेत, पतला और मीठा तेल निकल आएगा।

यदि अधिक तेल निकालना हो तो दस किलो अखरोट गिरी लें, आठ किलो कोल्हू मे पेलें। जब बारीक पिसकर तेल छोडने लगें तो बाकी दो किलो गिरी भी डाल दें। इनके अधपिसा होने पर एक किलो मिश्री के बडे-बडे टुकडे कर डाल दें। फोक जमकर तेल पृथक् हो जाएगा, इसे चीनी या कांच के बर्तन मे थोडे दिनो तक पडा रहने दें ताकि मैल आदि नीचे बैठकर तेल साफ हो जाए।

● सर्दी के कारण किसी अग मे दर्द हो तो इस तेल की मालिश से अग नरम हो जाते हैं और दर्द भी दूर हो जाता है।

● यह तेल सिर मे लगाने से जुएं मर जाती हैं।

- इसे नाक मे छिडकने से लकवा, अर्धांग आदि से छुटकारा मिलता है।
- दाद पर यह तेल लगाना गुणकारी है।

छिलका अखरोट के प्रयोग

- दंत-पीड़ा—अखरोट के ऊपर का हरा छिलका उतारकर छाव मे सुखा लीजिए और बारीक पीसकर मंजन की तरह दाँतो पर मलिये, दर्द दूर हो जाएगा।

- खिजाब तेल—ताजे अखरोट की बाह्य हरी छाल तीस ग्राम, फिटकरी श्वेत चार ग्राम, तेल बिनौला डेढ-सौ ग्राम—सबको मिला कर एक चीनी के बर्तन मे डालें और इसे उबलते हुए पानी के पतीले पर इतनी देर तक रखें कि अखरोट की छाल का सारा पानी तेल मे खुश्क हो जाए। अब उतारकर निचोडें और फिल्टर कर रख लें।

गुण-धर्म : बालो पर कघी से लगाए, बाल बिल्कुल काले हो जाएगे और स्वाभाविक बालो की तरह निहायत मुलायम तथा नर्म भी हो जाएगे।

आम के चिमत्कार

मीठा आम जो साधारणत लगडा, दशहरी तथा मालदा आदि नामो से पुकारा जाता है अत्यन्त यौन-बल-वर्द्धक है। यह रक्त उत्पन्न कर शरीर को मोटा करता है और कब्ज हटाता है। ऐसे मीठें आमो के रस से निम्नलिखित नुस्खे तैयार कर लाभ उठाए

- अक्सीर तपेदिक—तपेदिक मे किसी पत्थर या चीनी के बर्तन मे ताजा, मीठे और रसीले आमो का रस एक कप-भर निचोडें और साठ ग्राम मधु मिला कर प्रात व साय उपयोग करें। इसके साथ ही दिन-रात मे दो या तीन बार गाय या बकरी का ताजा दूध मिश्री डाल कर पीना चाहिए। इस प्रकार इक्कीस दिन के निरन्तर उपयोग से तपेदिक जैसे घातक रोग वाला व्यक्ति भी स्वास्थ्य प्राप्त करने लगता है।

- अक्सीर संग्रहणी—संग्रहणी अथवा पेट के दूसरे रोगो मे प्रात नौ बजे दो बडे और पके हुए आमो के गूदे के छोटे-छोटे टुकडो पर कलईदार

बर्तन मे उबाल कर ठण्डा किया दूध इतना डालें कि आम के टुकडे डूब जाएँ। फिर आम के ये टुकडे खाकर ऊपर से वही दूध पी लें।

प्रात. इस प्रकार आम खा लेने पर फिर दिन भर तीन-तीन घटे पश्चात् एक-एक कप दूध पीना चाहिए। स्मरण रहे कि आम और दूध के अतिरिक्त और कुछ न खाया-पीया जाए। जब दस्तो मे कमी होने लगे तो रोगी को दो आम दोपहर समय भी इसी प्रकार दूध के साथ देना शुरू करें। दो सप्ताह तक इसी प्रकार नियमपूर्वक आम खाते रहने से सग्रहणी रोग दूर हो जाता है।

● **अक्सीर हाजमा**—पके हुए मीठे आम का रस सत्तर ग्राम, सोठ दो ग्राम। सोठ पीस कर रस मे मिलाए और प्रात उपयोग करें, हाजमे की कमजोरी दूर होगी।

● **अक्सीर तिल्ली**—पके हुए मीठे आम का रस सत्तर ग्राम मे पन्द्रह ग्राम मधु मिलाकर दैनिक उपयोग करें, थोडे दिनो मे तिल्ली का घाव दूर हो जाएगा।

● **अक्सीर दिमाग**—आम का ताजा और मीठा रस एक कप, चौथाई कप ताजा दूध, अदरक रस एक चम्मच (जी चाहे तो स्वाद के लिए शक्कर भी मिला लें)। सबको अच्छी तरह मिलाकर एक बार खा लें, दैनिक इसी प्रकार बनाकर उपयोग करना चाहिए।

गुण-धर्म—अत्यधिक मानसिक बल-वर्द्धक है। दिमागी कमजोरी के कारण पुराना सिर दर्द, भारीपन और आँखो के आगे अधेरा विकार दूर हो जाते हैं और स्थूल-काय शरीर मोटे ताजे तथा स्वस्थ शरीर मे बदला जाता है। यह रक्त शोधक भी है।

इसके अतिरिक्त, हृदय व जिगर को भी बल प्रदान करता है। सास कठिनता से चलती हो, रग पीला हो रहा हो, कमजोरी बढ रही हो तो इसे आजमाइये।

● **आत के रोग**—ताजा आम का रस जो खूब पतला और मीठा हो चौथाई कप (बाद मे आधा कप भी किया जा सकता है), मीठा दही (ताजा)

पन्द्रह या तीस ग्राम, अदरक रस एक चम्मच। सब अच्छी तरह मिला कर पीया जाए। ऐसी एक मात्रा दिन में तीन बार तक ली जा सकती है।

पुराने दस्त, आहार का बिना पचे दस्तों द्वारा निकल जाना, आंतों तथा मेदे की कमजोरी और बवासीर के लिए गुणकारी है।

● रक्त विकार—पके हुए मीठे आम का रस, जो पतला और ताजा हो, एक कप, गाए का दूध (ताजा) आधा कप, शुद्ध घी और अदरक रस एक-एक चम्मच (साधारण)। सब मिलाकर और शक्कर मिला कर पीए। आम का रस धीरे-धीरे बढ़ाते रहें। एक-दो मास तक उपयोग करना चाहिए।

गुण-धर्म—रक्त की अत्यन्त कमी को दूर करता है, शरीर की खुश्की, बेरौनकी, पीलापन इत्यादि दूर होकर पूर्ण स्वास्थ्य लाभ होता है।

● पुरुषों के रोग—आम का ताजा, मीठा पतला रस एक कप, चूर्ण शतावर आठ ग्राम, चूर्ण सालिब आठ ग्राम, ताजा दूध आधा कप, अदरक रस आठ ग्राम, प्याज रस पन्द्रह ग्राम, एक अंडे की जर्दी, शुद्ध घी पन्द्रह ग्राम, केसर तीन रत्ती (पन्द्रह ग्राम गुलाब अर्क में घोल कर) समस्त सामग्री अच्छी तरह मिला कर तीस ग्राम बारीक पिसी मिश्री डाल कर पीए। दो सप्ताह पश्चात् इसकी आधी या पूरी मात्रा बना कर साय भी उपयोग करें।

गुण-धर्म—यौन-बल-वर्द्धक, वीर्य तथा रक्त बढ़ाता है।

● गर्भिणी की कै—आम का रस तीस ग्राम, अर्क गुलाब तीन ग्राम, ग्लूकोज पन्द्रह ग्राम, कैलशियम वाटर (चूने का पानी) ढाई-तीन ग्राम। सब मिलाकर ऐसी दो-तीन मात्रा दैनिक देने से वह गुण लाभ होता है कि कीमती इंजेक्शन भी होड में विफल हो जाते हैं।

कच्चा आम

● गर्मी तोड़—दो तीन कच्चे आम साय समय भून लें और रात्रि भर किसी खुले स्थान पर पड़ा रहने दें। प्रात उन्हें मसल कर शर्बत-सा बना लें और एक चुटकी भुना जीरा, नमक तथा काली मिर्च डाल कर पीए। इससे

गर्मियों में लू कभी प्रभावित नहीं करेगी, अनावश्यक प्यास न लगेगी और दिन भर तबीयत में ताजगी बनी रहेगी।

● लू—दो-तीन कच्चे आम बीस पच्चीस मिनट भूभल में रख कर जब काफी नर्म और कुछ दागदार हो जाए, निकाल कर पानी में मल कर छान लें और इच्छानुकूल शक्कर मिला कर सादा या बर्फ से ठण्डा कर शर्बत के समान उपयोग करें।

गुण-धर्म—ताप घटाता और प्यास बुझाता है। गर्मियों में लू से सुरक्षित रखता है, लू के रोगी को थोड़ी-थोड़ी देर के पश्चात् पिलाया जाए—ज्वर, सूजन, बेचैनी तथा सिरदर्द दूर होता है। दक्षिण में इसका साधारण रिवाज है।

आम के पत्ते

आम के पत्ते बहुत से रोगों में गुणकारी सिद्ध हुए हैं, उदाहरणतय —

● मधुमेह—मधुमेह जैसा हठीला रोग जो बहुमूल्य औषधियों से भी नहीं जाता, इसकी चिकित्सा के लिए आम के पत्ते अक्सीर हैं। आम के ऐसे पत्ते जो स्वतः झड़ जाएँ इकट्ठे कर छाँव में सुखा कर बारीक पीस लीजिए। बस अक्सीरी दवा तैयार है।

डेढ़-डेढ़ ग्राम प्रातः व सायं ताजा जल के साथ उपयोग करें।

या

छाव में सुखाए पत्ते पन्द्रह ग्राम को आधा किलो पानी में उबालें और चौथाई पानी बाकी रहने पर कपड़छन करें और रोगी को प्रातः व सायं पिलाएं।

● मरोड़ व संग्रहणी—आम के पत्ते छाव में सुखाकर कपड़छन करें और दिन में तीन बार प्रातः दोपहर और सायं छह-छह ग्राम गरम पानी के साथ उपयोग करें।

● जिगर की कमजोरी—जिगर की कमजोरी के कारण पतला दस्त आता हो, भूख कम लगती हो, पाचन कमजोर हो तो आम के पत्तों की चाय बिना दूध उपयोग करें, छह ग्राम आम के पत्ते छाव में सुखा कर एक कप-भर

पानी मे उबालें, आधा पानी रहने पर छान कर थोड़ा मीठा मिला कर प्रातः व साय पीए।

● दंत-मजन—छाव मे सुखाए पत्ते जला कर राख करें और कपडछन कर रख लें।

प्रात व साय—दोनो समय उगली से दाँत और मसूडो पर मजन के रूप मे लगाए। दाँत और मसूडो के बहुत से विकार, यहा तक कि पायोरिया तक के लिए लाभदायक है।

● आम के ताजा पत्ते खूब चवाए और थूक थूकते जाए, थोडे दिन के निरन्तर उपयोग से हिलते दात मजबूत हो जाते हैं। ममूढो का खून रुक जाता है और ममूढो का ढीलापन और उनकी कमजोरी दूर हो जाती है।

● पत्थरी—आम के ताजा पत्ते छाव मे सुखाकर चूर्ण वनाएं और आठ ग्राम दैनिक वासी पानी के साथ उपयोग करें, पन्द्रह वीस दिन मे रेत और ककरी दूर हो जाएगी।

सौंफ

● दिमाग की कमजोरी—सौंफ और मिश्री प्रति आठ ग्राम। दोनो वारीक करके चूर्ण वनाए और इसमे वादाम गिरी (छिलका रहित) सात दाने कूटकर मिला दें। रात्रि ममय गरम दूव के साथ उपयोग करें। इसके पश्चात् पानी विल्कुल न पीए। चालीस दिन के सेवन से दिमाग इतना शक्ति-शाली हो जाएगा कि चश्मे की आवश्यकता नही रहेगी।

● दिमाग की गर्मी—यदि दिमाग मे गर्मी हो या कमजोर हो तो सौंफ दस ग्राम, वादाम गिरी सात दाने, छोटी इलायची तीन दाने आधा किलो पानी मे घोटकर तथा उचित मात्रा मे मिश्री मिला कर और कपडछन कर दैनिक प्रात व साय उपयोग करें, औपधि की औपधि और ठण्डाई की ठण्डाई है।

नींद न आना—नींद न आना एक वहुत वडा रोग है। इसके लिए सौंफ दस ग्राम आधा किलो पानी मे उवालें, सवा-सौ ग्राम पानी वाकी रहने पर

इसमे चौथाई किलो गाय का दूध और पन्द्रह ग्राम गाय का घी और आवश्यकतानुकूल चीनी मिलाकर उपयोग करें, शर्तिया लाभ होगा और नींद आने लगेगी।

अधिक नींद—नींद की अधिकता के कारण यदि तबीयत हर समय सुस्त रहती हो, या हर समय नींद ही आती रहे तो इसके लिए भी सौंफ एक अच्छी वस्तु है। परन्तु सेवन-विधि पृथक है :

सौंफ दस ग्राम आधा किलो पानी मे उबालें और चौथाई रहने पर उतारकर दो ग्राम नमक मिलाए और दोनो समय पिलाए।

● नजला व जुकाम—सौंफ पन्द्रह ग्राम, लौंग सात दाने—दोनो एक किलो पानी मे उबालें, चौथाई पानी रहने पर पन्द्रह ग्राम मिश्री या देशी चीनी मिलाकर चाय के रूप मे घूंट-घूंट पी लें। दो-तीन बार के उपयोग से नजला व जुकाम दूर हो जाता है।

● आंखें दुखना—अढाई-सौ ग्राम सौंफ दो किलो पानी के साथ तांबे के वर्तन मे रात्रि-भर भीगने दें और दूसरे दिन आंच पर पकाए,। चौथाई पानी रहने पर उतारें और तनिक ठण्डा होने पर हाथो से मल कर किसी स्वच्छ कपड़े मे छान लें। अब इस पानी को धीमी आंच पर पकाएँ और मधु की तरह गाढा होने पर उतार लें और किसी स्वच्छ तथा मजबूत कार्क वाली शीशी मे रखें। यह दुखती आंखो की अत्यन्त लाभदायक औषधि है।

रात्रि समय दो-दो सलाइयां आंखों मे डालें, बहुत जल्दी लाभ होगा।

● कमजोर नजर—हल्की-हल्की चोट से सौंफ कूट लें ताकि इसका छिलका उतर जाए। रात्रि समय तीस ग्राम (नाजुक मिजाजो के लिए पन्द्रह ग्राम), पानी या दूध से लेते रहें, दृष्टि को तेज करती है, नजर चील की तरह तेज हो जाती है।

● अढाई-सौ ग्राम सौंफ साफ करके कांच के वर्तन मे डालें और इस पर बादामी रंग की गाजरो का एक कप रस डालकर किसी कपड़े से ढक दें। जब रस सोख ले तो इतना ही रस और डाल दें, तीन बार ऐसा करें। तत्पश्चात् खुश्क कर चूर्ण बना लें और बराबर वजन मिश्री मिलाएँ।

गुण-धर्म दृष्टि तेज करने के लिए पन्द्रह ग्राम रात्रि समय दूध के साथ उपयोग करें।

● बाल-शर्बत—सत्तर ग्राम सौंफ आधा किलो पानी में उबालें, आधा पाव पानी रहने पर छान लें और तीन ग्राम सुहागा (खील) तथा अढाई-सौ ग्राम चीनी मिलाकर चाशनी बनाएँ।

गुण-धर्म नन्हे बच्चों का पाचन ठीक करने के लिए यह एक विचित्र गुणकारी औषधि है, जिसे बाल-शर्बत भी कह सकते हैं।

● हैजा—सौंफ पन्द्रह ग्राम, पुदीना दस ग्राम, लौंग चार दाने तथा गुलकन्द तीस ग्राम। सबको दो कप पानी में उबालें, आधा पानी रहने पर छान लें और ठण्डा कर थोड़ा-थोड़ा पिलाएँ। हैजे की यह उत्तम औषधि है, कुछ बार पिलाने से ही आराम हो जाता है।

● सीने का दर्द—खुश्क सौंफ पन्द्रह ग्राम, पीपल पाव ग्राम—दोनों को आधा किलो पानी में उबालें, चौथाई पानी रहने पर छान कर एक ग्राम सेंधा नमक मिलाकर पिलाने से छाती का दर्द दूर हो जाता है।

● रुका मासिक-धर्म—सौंफ तीस ग्राम और गरम मसाला पचास ग्राम—दोनों तीन कप पानी में उबालें। एक कप रहने पर छानकर गरम-गरम पिलाए और लिहाफ ओढ़ा कर रोगिणी को लिटा दें। दो-तीन बार उपयोग करने से मासिक धर्म खुलकर हो जाएगा।

● कमजोर मूत्राशय—सौंफ और बड़ी हरड़ का छिलका बराबर वजन बारीक कूटकर कपड़छन करें और तीन-तीन ग्राम प्रातः व सायं ताज़ा पानी के साथ उपयोग करें। मूत्राशय की कमज़ोरी के कारण बार बार मूत्र आता हो, या स्वप्न में निकल जाता हो तो इससे आराम आ जाता है। यह मात्रा सोलह वर्ष से ऊपर आयु वालों के लिए है। बच्चों को आयु-अनुसार दें।

● पुराना नजला व जुकाम—बढ़िया सौंप के एक किलो चावल निकालकर एक किलो देशी चीनी या मिश्री और अढाई-सौ ग्राम गाय का घी मिलाए।

पुराना जुकाम, नजला तथा दिमाग की कमज़ोरी में निरंतर एक मास तक उपयोग करने से लाभ हो जाता है।

मात्रा : प्रात. व साय पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम ।

नोट. इससे पहले कब्ज का इलाज करना आवश्यक है । क्योंकि कब्ज की सूरत मे किसी औषधि में लाभ न होगा ।

● **बच्चों के मरोड़**—बच्चों के मरोड एकदम बन्द कर देना कई बार घातक सिद्ध होता है । इसलिए निम्नलिखित नुस्खे की आवश्यकता इसलिए भी है कि इनसे हानि का कोई भय नहीं, बल्कि लाभ ही होगा ।

सौंप तीन ग्राम और गुलकन्द छह ग्राम को आधा कप पानी मे उबालें । आधा कप पानी रहने पर उतारकर छान लें और पिलाए । दिन मे तीन बार देना चाहिए ।

● **प्रमेह व स्वप्नदोष**—सौंप की गिरी सत्तर ग्राम, अजवाइन तीस ग्राम, सोंठ तीस ग्राम, काला नमक बीस ग्राम—सब बारीक कूटकर लें । तीन से पांच ग्राम तक प्रात. व साय भोजनोपरान्त जल के साथ उपयोग करें, थोडे दिन में ही लाभ होगा ।

● **खुजली**—खुजली की दो प्रकार हैं . खुश्क व तर । खुश्क मे खुजलाने से कुछ नहीं निकलता परन्तु तर खुजली मे खुजलाने पर खून या पीला-सा पानी निकला करता है । कई बार खुजली ऐसा हठीला रोग प्रमाणित होता है कि बेचारा रोगी जुलाब ले-लेकर तथा मालिशो से तग आ जाता है, पर लाभ तनिक भी नहीं होता । निम्नलिखित नुस्खे के उपयोग से सब प्रकार की खुजली कुछ ही दिनों मे ठीक हो जाती है। यह औषधि ऐसे रोगियो पर आजमाई गई है जिन्हें किसी भी औषधि से लाभ न होता था .

सौंफ और धनिया—दोनो बराबर वजन । बारीक कूटकर इसके डेढ गुना घी और दो गुना चीनी मिलाकर सुरक्षित रख लें ।

गुण-धर्म . दोनो समय तीस-तीस ग्राम उपयोग करने से रक्त विकार, खुजली, प्रमेह, कमजोर दृष्टि में आराम होता है ।

● **गर्भिणी की कब्ज**—यदि गर्भिणी को कब्ज हो जाए तो इसके लिए तेज कब्ज नाशक औषधि का उपयोग घातक होता है । गर्भिणी को निम्न-लिखित नुस्खा सेवन कराए .

सौंफ के चावल डेढ-सौ ग्राम, गुलकन्द तीन-सौ ग्राम। सौंफ को बारीक कूटकर गुलकन्द मे मिलाकर रखें। आवश्यकता समय तीस ग्राम तक गरम दूध मे उपयोग की जानी चाहिए।

त्रिफला

हरड, बहेडा और आवला—तीनो को सम्कृत मे त्रिफला और फारसी मे अत्रीफल कहा जाता है, जो लगता है कि 'त्रिफला' शब्द का ही विगडा रूप है। त्रिफला वहुत-सी औपधियो मे प्रयोग होता है, अत. इसके वारे मे और अधिक जानना श्रेयस्कर होगा। हरड, वहेडा तथा आवले का छिलका वरावर वजन ही औपधियो मे वरता जाता है। कई वार एक-दो-चार के अनुपात से मिश्रण किया जाता है, परन्तु साधारणत वरावर वजन ही प्रचलित है।

● मूत्र जलन—ताजे आवलो का रस सत्तर ग्राम और मधु तीस ग्राम—दोनो मिलाकर कुछ वार उपयोग करें। मूत्र खुलकर आएगा और कब्ज भी न रहेगी।

● खूनी ववासीर—चूर्ण खुश्क आवला पाँच से आठ ग्राम तक गाय के दूध के साथ उपयोग करने मे ववासीर का खून शीघ्र वन्द हो जाता है।

● प्रमेह—चूर्ण खुश्क आवला को ताजा आँवलो के रस मे वराबर इक्कीस दिन तक खरल कर सुखा लें, तत्पश्चात् वरावर वजन मिश्री मिलाकर सुरक्षित रखें।

गुण-धर्म—तीन से छह ग्राम तक प्रात व साय गाय के दूध के साथ उपयोग करने से पुराने से पुराना प्रमेह वहुत शीघ्र ठीक हो जाता है, और वीर्य दही के समान गाढा हो जाता है।

● गर्भिणी की कै—गर्भ-स्थिति के आरम्भ मे नाजुक मिजाज स्त्रियो या नई वहुओ को प्राय कै आने लगती है, और कई वार तो यह कै इतनी तीव्रता मे होने लगती है कि गर्भिणी अत्यधिक कमजोर हो जाती है। ऐसी स्थिति में यदि आवले का मुरब्वा दिन मे तीन-चार वार उपयोग किया जाए तो कै वन्द हो जाती है और स्वास्थ्य सम्भल जाता है।

● **सिर चकराना**—कई लोगों को गर्मी की तीव्रता या पित्त की अधिकता के कारण सिरदर्द या सिर चकराने की शिकायत हो जाती है। आंवलों का शर्बत इसके लिए अत्यन्त लाभदायक है—

ताजा आंवलों का एक किलो रस और दो किलो गाय का दूध किसी कलईदार बर्तन मे डाल कर आंच पर चढाए। जब दूध फट जाए और आंवलों का रस तथा दूध का पानी निथर जाए तो आंच से उतार कर किसी मोटे कपडे मे डालें और नीचे कलईदार बर्तन रख दें। जब दूध और आंवलो का रस टपक कर बर्तन में आ जाए तो अढाई किलो चीनी डाल कर शर्बत के समान पकाएँ, और चाशनी ठीक हो जाने पर ठण्डा कर बोतलो मे भर लें।

तीस से साठ ग्राम तक ठण्डा पानी मिलाकर यह शर्बत दिन मे दो-तीन चार पीए। उपरोक्त शिकायतो के अलावा बार-बार प्यास लगना, घबराहट तथा बेचैनी को भी यह शर्बत दूर करता है।

● यदि आंखों के आगे अंधेरा आता हो, माथे मे जलन होती हो, या बार-बार मूत्र आता हो तो दो आंवलो का तीस ग्राम रस मिलाकर तीन दिन तक प्रात साय उपयोग करें।

● **मानसिक गर्मी-खुश्की**—चूर्ण खुश्क आंवला पानी मे भिगो कर सिर धोए, मानसिक गर्मी-खुश्की दूर होकर ठण्डक प्राप्त होगी।

● **बलगम-तोड़**—आंवला चूर्ण दो ग्राम, चूर्ण मुलहेठी दो ग्राम—दोनो मिलाकर गर्म पानी से थोडे दिनो तक दोनो समय उपयोग करने से बलगम के सभी विकार दूर होते हैं।

● **प्रदर रोग**—आंवला चूर्ण तीन ग्राम को छह ग्राम मधु मे मिलाकर दैनिक उपयोग करने से थोडे दिनो मे सी प्रदर रोग समाप्त हो जाता है।

● **नकसीर**—नाक द्वारा रक्त बहने को नकसीर कहते हैं, और जब यह किसी औषधि से बन्द न होती हो तो सवा-सौ ग्राम आंवले के चूर्ण मे थोडा बकरी का ताजा दूध मिलाकर माथे और तालू पर लेप करें और प्रकृति का, चमत्कार देखें। कुछ मिनटो में नदी की तरह बहता रक्त बन्द हो जाएगा।

● खसरा की जलन—खसरा निकल कर हट गया हो तो इसके पश्चात् भी शरीर पर अत्यधिक तीव्र खुजली हुआ करती है, और जलन के कारण रोगी विचलित होने लगता है।

खुश्क आवलो को पानी मे उवालें और ठण्डा होने पर इससे शरीर धोए। दो-तीन वार ऐसा करने से खुजली और जलन दूर हो जाती है।

● दिल की धडकन—मदाग्नि तथा दिल की धडकन मे आवले की वर्फी बनाए—

आवले वारह घटे पानी मे भिगो रखें, फिर छान कर पानी फेंक दें, और ताजा पानी मिला कर दो घटे तक उवालें ताकि वे मुलायम हो जाए। तत्पश्चात् पीस कर इसमे चीनी मिलाकर छह से आठ ग्राम तक की मात्रा में उपयोग करें।

● स्वप्नदोष—इस छोटे से नुस्खे से आशा से वढकर लाभ होगा, वीर्य को थोडे ही दिनो मे गाढा करता है।

आवला अस्सी ग्राम, सत् गिलो, गोखरू, तवाशीर, इलायची छोटी प्रत्येक पन्द्रह ग्राम—सव वारीक कूट लें। पन्द्रह ग्राम औषधि मे पन्द्रह ग्राम मक्खन और तीस ग्राम मधु मिलाकर उपयोग करें, ऊपर से दूध पिए।

● आवलो का ताजा रस तीस ग्राम या काच के गिलास मे पन्द्रह ग्राम खुश्क आवलो को तीन गुना पानी मे वारह घटे भिगोकर अच्छी तरह छान कर निकाला हुआ रस सत्तर ग्राम, पिसी हल्दी एक ग्राम—युवको के स्वप्नदोष के लिए यह एक विशेष औषधि समझिए।

हरड़ और वहेड़ा

● कब्ज—चूर्ण वडी हरड तीन ग्राम, काला नमक चार रत्ती सोते समय या प्रात गरम पानी के साथ उपयोग करें।

● पाचन-विकार—चूर्ण हरड तीन रत्ती, आवला तीन रत्ती, पिपली दो रत्ती, लाहौरी नमक दो रत्ती। ऐसी एक मात्रा प्रात. और एक साय... योग करने से पाचन-विकार दूर होता है।

● खासी और दमा—चूर्ण वहेडा (गुठली रहित) दो ग्राम तथा चूर्ण पिपली दो रत्ती थोड़े मधु के साथ दिन मे ऐसी तीन मात्राए चटाए ।

केवल वहेडा का टुकडा मुह मे रख कर चूसने से भी खासी को आराम आता है।

● आखों की लाली—एक छटाक त्रिफला एक किलो पानी मे उवाल कर चौथाई पानी वाकी रहने पर कपडछान कर इसमे तीस ग्राम फिटकरी और गुलाव अर्क एक कप मिलाए ।

आख दुखने पर या आख की लाली पर एक-दो वूद डालें ।

त्रिफला

● काढा—हरड, वहेडा और आवला—प्रत्येक तीस ग्राम कूट कर एक किलो पानी मे उवालें । चौथाई पानी रहने पर मल-छान लें और पन्द्रह ग्राम श्वेत कत्था घोल कर तियार लें ।

गुण-धर्म—मुह के छाले या छालो मे इस पानी से गरारे करने से तुरन्त चैन पड जाता है ।

● सूजाक—मूत्र-नली के घाव मे काच की छोटी पिचकारी द्वारा दिन मे दो-तीन वार पिचकारी कराएं ।

● स्त्रियो की योनि से यदि श्वेत और तरल-गाढा पदार्थ वहता हो तो पिचकारी मे यह पानी भरकर दिन मे दो वार दो-तीन सप्ताह तक डोश किया जाए ।

● प्रदाह या दूसरे गदे घाव इससे धोए, अकुर शीघ्र वध आएगा ।

● कुक्करो तथा आख की लाली के लिए दिन मे दो-तीन वार दो-चार वूद आंख मे टपकाए ।

● जव गर्मी से वीर्यपात हो रहा हो तो तीस ग्राम दिन मे दो वार थोडा मधु मिलाकर पीएं ।

● सुरमा—त्रिफला यानी हरड, वहेडा और आवला वरावर वजन मोटा-मोटा कूटें । सत्तर ग्राम यह चूर्ण एक किलो पानी में रात्रि-भर भिगो रखें । प्रात. एक-दो उवाल देकर छान लें । अव सुरमे की डलियां कोयलो पर रख कर लाल करें, तत्पचात् इस गरम सुरमे को त्रिफले के पानी

मे बुझाए। तीन बार यह प्रयोग करने पर सुरमे मे विद्यमान सर्व विकार दूर हो जाते हैं और वह नेत्र रोगो के लिए अधिक गुणकारी हो जाता है।

अब सत्तर ग्राम बुझा सुरमा मैदे की तरह बारीक खरल करके कपड्छान करें और इसमे कलमी शोरा, समुद्रझाग और खील फिटकरी—प्रत्येक छह ग्राम, गिरी छोटी इलायची पन्द्रह ग्राम, बोरक पाउडर पन्द्रह ग्राम तथा सर्द चीनी तीन ग्राम मिलाकर खूब अच्छी प्रकार बारीक करें। तत्पश्चात् इसमे गुलाब अर्क डाल-डाल कर निरन्तर तीन दिन तक खरल करें, खुश्क होने पर शीशी मे डाल लें।

समस्त नेत्र-रोगो के लिए गुणकारी है। इसके दैनिक उपयोग से नेत्र सर्वदा स्वस्थ रहते हैं।

फिटकरी

फिटकरी मूल्य के हिसाब से अत्यन्त सस्ती और गुण मे अत्यन्त कोमती है, शहर और गाव प्रत्येक स्थान पर प्राप्त है। दो-चार पैसे की फिटकरी अवश्य ही खरीद कर घर मे रख लीजिए, आडे समय यह आपको रुपयो का काम देगी।

फिटकरी आंखों के लिए अत्यन्त गुणकारी है

दो रत्ती फिटकरी पीस कर तीस ग्राम गुलाब अर्क मे घोल कर शीशो मे रखें, आखो की लाली मे इस घोल की दो-चार बूंद आखो मे टपकाइए—दर्द और लाली दूर हो जाएगी, कीच का आना बन्द होगा।

इसके अतिरिक्त, फिटकरी और रसौंत दो-दो ग्राम एक रत्ती अफीम मे पीस कर आख के चारो ओर लगाने से आख का दर्द, खटक और लाली ठीक हो जाती है।

● गुलाबी फिटकरी छह ग्राम और फूल जिस्त (जो श्वेत रूई गोलो के समान हल्का और बाजार मे अत्तारो और पनवाडियो की दुकानो पर मिलता है) पन्द्रह ग्राम। दोनो को बारीक पीस कर थोडे पानी या गूधकर लम्बे

आकार की गोलिया बना लें । आवश्यकता समय पानी या गुलाब अर्क मे घिस कर सलाई द्वारा आख मे लगाए ।

आंख के प्राय रोग, जैसे कि आख की लाली, खुजली, धुध इत्यादि के लिये अत्यन्त लाभदायक है ।

● नील फिटकरी छह ग्राम, जिंक सलफ़ाम दो रत्ती, कूजा मिश्री छह ग्राम, गुलाब अर्क सत्तर ग्राम । सब वस्तुएं अच्छी तरह घोल कर लोशन बनाए, दो-दो बूद आंखो मे डालनी चाहिए ।

गुण-धर्म— आंखो से पानी बहने को रोकता है, कुक्करे दूर करता तथा लाली को काटता है ।

● श्वेत फिटकरी (कच्ची) एक ग्राम, कलमी शोरा एक ग्राम, भीमसेनी कपूर चार रत्ती, गुलाब अर्क डेढ-सौ-ग्राम—तीनों चीजें खरल मे डालकर बारीक करें, थोडा-थोडा गुलाब अर्क साथ-साथ डालते रहें, यहां तक कि सब परस्पर मिल जाए । तत्पश्चात् रूई के फाये द्वारा छान कर शीशी मे रख लें । आव-श्यकतानुसार ड्रापर द्वारा दो-दो बूद आंखो मे डालें, सब प्रकार की आंख की लाली के लिए शर्तिया दवा है ।

दुखती आँखों का एक दिन में इलाज

यदि आँखें दर्द करती हो, पानी बहता हो, लाली जोरो पर हो, कुक्करे चढे हो तो निम्न नुस्खे से केवल एक दिन मे आराम हो जाता है

कच्ची श्वेत फिटकरी तीन ग्राम, रसौत (साफ़ हुई) तीन ग्राम, कूजा मिश्री दो ग्राम तथा अफीम विशेष (जोकि बनारस से केवल औपधि निर्माण के लिए एक्साइज विभाग द्वारा दी जाती है और अग्रेजी दवा विक्रेताओ से प्राप्य है) छह रत्ती और नीला थोथा (तूतिया) तीन रत्ती ।

अफीम और रसौत को साठ ग्राम शुद्ध व स्वच्छ गुलाब अर्क में घोल कर तथा बाकी औपधियो को खरल में पृथक्-पृथक् बारीक पीस कर रसौत वाले पानी मे मिला दें, छह घन्टे पश्चात् निथरा पानी कपडे मे छान कर शीशी मे रखें ।

सेवन-विधि—ड्रापर द्वारा दो बूंद औषधि दुखती आँखों में डालें। इस समय आँख में गरम-गरम पानी बहना शुरू होगा। दस पन्द्रह मिनट के बाद फिर इसी प्रकार डालें, अब पहले की अपेक्षा कम पानी निकलेगा। इसी प्रकार दस-दस, पन्द्रह-पन्द्रह मिनट की अवधि में चार-पांच बार डालें, आँख का दर्द, टीस और लाली दूर होकर देखते ही देखते बिल्कुल आराम हो जाएगा।

अधिक दिनों से आखें दुखती हों तो दो-तीन दिन इसी प्रकार उपयोग करने से आराम होगा। थोड़े दिन पश्चात् दिन में केवल एक बार दवा डालते रहेंगे तो दोबारा यह शिकायत न होने पाएगी।

फिटकरी मसूढ़ों को मजबूत करती है

एक भाग नमक और दो भाग फिटकरी पीस कर मसूढों पर मलने से मसूढे मजबूत होंगे, और यदि उनसे खून आता होगा तो बन्द होगा।

● फिटकरी तीन ग्राम पीस कर एक कप पानी में मिलाएं और इस पानी से कुल्लियाँ करें, ढीले मसूढे कठोर हो जाते हैं, दांत मजबूत होते हैं।

● मसूढों में दर्द हो, घाव हो गया हो तो गुनगुने पानी में फिटकरी घोल कर इससे गरारे करें, लाभ होगा।

● दाँतों की पीप तथा खून दूर करने के लिए, निम्नलिखित नुस्खा एक अक्सीर है :

श्वेत फिटकरी तीस ग्राम गरम तवे पर डालकर पिघलाए और इस पर नीलाथोथा (तूतिया) एक ग्राम छिड़क दें। जब सूखने लगे तो तीन ग्राम रूमीमस्तगी डाल किसी लोहे की सलाई से उल्टा-सीधा करते रहे कि आखिर बिल्कुल खुश्क हो जाए। तत्पश्चात् ठण्डा कर इसे बारीक कर लें।

दैनिक स्नान करते समय चुटकी-भर उंगली द्वारा मसूढों पर अच्छी तरह मलें, राल बहने दें, फिर पानी से कुल्लियाँ कर मुंह साफ कर लें।

फिटकरी बारी के ज्वर की औषधि है

बारी का ज्वर, दैनिक हो या तीसरे या चौथे दिन का इसके उपयोग से रुक जाता है।

फिटकरी वारीक पीस कर शीशी मे रख लें। दो रत्ती से चार रत्ती तक चूर्ण चुटकी-भर चीनी मिला कर ज्वर के समय से चार घन्टे पहले पानी से दें, और दूसरी मात्रा दो घन्टे पहले दें—ज्वर नही होगा, यदि होगा भी तो हल्का होगा।

यदि प्रथम दिन के उपयोग मे ज्वर न रुके तो दूसरे दिन उपयोग कराए। परन्तु ध्यान रखिए कि रोगी को यदि कब्ज है तो प्रथम कब्ज को दूर कर लेना जरूरी है।

मलेरिया

लाल फिटकरी की खील तीन रत्ती, नौशादर दो रत्ती, गेरू दो रत्ती—ज्वर रोकने के लिए इतनी-इतनी मात्रा दिन मे चार वार दें।

दमा और खांसी : फिटकरी उपचार

इन रोगो मे फिटकरी विभिन्न विधियो से उपयोग की जाती है। एक विधि यह है कि थोहर का डडा भीतर से खाली कर इसमे फिटकरी के टुकड़े भरें और फिर इसके ऊपर मिट्टी लगा कर उपलो की आंच मे रखें, मिट्टी लाल होने पर निकालें, इसे तोड कर भीतर से फिटकरी निकाल लें और वारीक पीस कर रखें। दो रत्ती यह फिटकरी मे रख पान कर दैनिक खाए। काली खाँसी भी इसके उपयोग से दूर हो जाती है—एक या दो रत्ती यह फिटकरी मधु मे मिला कर चटाए।

● दूध पीते वच्चो को यह औपधि उपयोग करा सकना कठिन प्रतीत होता है, इसलिए निम्न विधि की सहायता लीजिए।—

खील फिटकरी पानी मे घोल कर वच्चे की माता के स्तन-मुखो पर लगा दें और फिर वच्चे को स्तनपान करने दें।

● काली खाँसी वाले वच्चे को खील फिटकरी अत्यन्त वारीक कर दिन में दो वार एक-एक रत्ती की मात्रा मे पिसी चीनी के साथ देने से थोडे ही दिनो मे लाभ होगा।

● फिटकरी (भुनी) पन्द्रह ग्राम, देशी चीनी तीस ग्राम बारीक करके चार पुडियाँ बनाए । तर खाँसी मे गरम पानी से तथा खुश्क खाँसी मे गरम दूध के साथ उपयोग करें ।

फिटकरी मरोड़ और दस्तों को रोकती है

फिटकरी तीस ग्राम तथा अफीम तीन ग्राम—दोनो को परस्पर खरल करके रखें । प्रात व सायं चार-चार रत्ती यह चूर्ण पानी के साथ उपयोग करें ।

यदि मरोड की स्थिति मे पेट मे भारीपन हो तो पहले रोगी को एरड का तेल साठ ग्राम पिलाए इससे दस्त होकर आँतो से सुद्दे निकल जाएगे । तत्पश्चात् उपरोक्त चूर्ण चार रत्ती इस्पगोल के लुआव के साथ सेवन करें । कुछ बार के उपयोग मे मरोड बन्द हो जाएगे, यदि खून आता होगा तो वह भी रुक जाएगा ।

● खील फिटकरी एक ग्राम दो दाने मुनक्का मे रख प्रात व साय उपयोग करें, कुछ बार के उपयोग से ही महीनो के मरोडे दूर हो जाएगे ।

● खील फिटकरी एक भाग, गेरू चार भाग बारीक कर रखें । पाँच पाँच ग्राम की मात्रा मे दूध की लस्सी के साथ प्रात व साय दें ।

● बच्चो के प्राय रोग उदर-विकार से उत्पन्न होते हैं । निम्न नुस्खा बच्चो के उदर-विकार, अजीर्ण आदि के लिए अत्यन्त गुणकारी है .

खील सुहागा, नौशादर, खील फिटकरी, काला नमक सब बराबर वजन बारीक कूट कर चूर्ण बनाए । आवश्यकता समय एक रत्ती यह चूर्ण पानी मे घोल कर बच्चो को देना चाहिए ।

हैजे की गोलियाँ

खील फिटकरी एक ग्राम, आक के लौंग दो ग्राम, हल्दी दो ग्राम, लाल मिर्च के बीज एक ग्राम । सब बारीक पीस कर एक-एक रत्ती की गोलियाँ बनाएं ।

एक-एक घंटे पश्चात् एक-एक गोली पीपल के पत्ते के पानी मे घोट-छान कर दें, इससे अत्यन्त शीघ्र कै और दस्त बद होकर आराम हो जाता है।

चोट की आंतरिक पीड़ा के लिए फिटकरी

एक ग्राम फिटकरी वारीक पीस कर साठ ग्राम घी मे भूनें और उतार कर थोडे समय के लिए निथरने के लिए पडा रहने दीजिए। तत्पश्चात् ऊपर से घी निथार लें और इसमे साठ ग्राम सूजी भून कर तथा एक-सौ ग्राम चीनी मिलाकर हलुआ वनाएँ। इस हलुवे मे उपरोक्त भुनी फिटकरी पहले ग्रास मे रख कर खाएँ, ऊपर से वारीक हलुआ सेवन करें। और वाह्य-रूप मे गुड, हल्दी और चूना मिला कर लेप करें। चोट का दर्द नया हो या पुराना, थोडे दिन के उपयोग से दूर हो जाएगा।

सूजाक की चमत्कारी औषधि : फिटकरी

फिटकरी भून कर बरावर वजन गेरू मिलाए और तीन ग्राम यह औषधि दूध की लस्सी के साथ उपयोग करें, मूत्र-जलन दूर होगी और पीप का आना वद हो जाएगा। चार रत्ती फिटकरी सत्तर ग्राम पानी मे घोल कर पिचकारी करने से भी सूजाक मे अत्यन्त लाभ होता है।

फिटकरी : स्त्री-पुरुष प्रमेह का उचित इलाज

कीकर छाल सत्तर ग्राम, माजूफल पन्द्रह ग्राम और सुपारी पन्द्रह ग्राम दो किलो पानी मे उबालें, चौथाई पानी बाकी रहने पर छान कर तीन ग्राम फिटकरी चूर्ण मिलाएँ।

गुण-धर्म—स्त्रियो की योनि से तरल पदार्थ वहने पर उपयुक्त पिचकारी द्वारा योनि को धोना या कपडा तर करके लगाना अत्यन्त गुणकारी है। और यह पन्द्रह-पन्द्रह ग्राम दिन मे दो-तीन बार ऐसी स्त्रियो को उपयोग कराना प्रदर के लिए भी लाभदायक है।

प्रमेह

खील फिटकरी पन्द्रह ग्राम और गेरू आठ ग्राम वारीक पीस कर रखें। आवश्यकता समय दूध की लस्सी से एक ग्राम उपयोग करें।

कुछ दिन पश्चात् शौच मे लाली दिखाई देगी, इसे स्वास्थ्य-लाभ का लक्षण समझिए।

● खील फिटकरी पन्द्रह ग्राम, सत गलो (शुद्ध) पन्द्रह ग्राम बारीक पीस लें। तीन-तीन ग्राम प्रात: व साय ताजा जल मे उपयोग करें, थोडे दिनो मे पुराने से पुराना प्रमेह भी ठीक हो जाएगा।

फिटकरी बवासीर के मस्से मुर्झा कर गिरा देती है

डेढ-सौ ग्राम फिटकरी अढाई-सौ-ग्राम श्वेत कागजो मे लपेट कर जगली उपलो की आँच मे रखें। जब कागज जल चुके और फिटकरी ठडी हो जाए तो इसे पीस कर अढाई-सौ-ग्राम घी के साथ मिट्टी के वर्तन मे नीम के डण्डे से दो-तीन दिन तक रगडें। मिट्टी का वर्तन ऐसा लिया जाए जिसमे दो-चार दिन दही जमाया गया हो। अब इस घी मे रुई लथपथ कर शौच उपरान्त मस्सो पर बांधे, साय खोल कर नई रुई लथपथ कर बाँधें। सात दिन तक निरन्तर यह प्रयोग करने से मस्से मुर्झा कर गिर जाएँगे।

अजवाइन

● **पाचन-वर्द्धक गोलियाँ**—खारो नमक तीस ग्राम, अजवाइन तीस ग्राम, सोठ पन्द्रह ग्राम, लौंग एक ग्राम—कूट कर कपडछन करें और घीक्वार के रस मे खरल कर चने के बराबर गोलियाँ बना लें।

● **उदर पीडा**—देशी अजवाइन पन्द्रह ग्राम, काला नमक चार ग्राम और हीग दो रत्ती—सबको बारीक कूट कर शीशी मे रखें। आवश्यकता के समय दिन मे दो बार चार रत्ती से एक ग्राम तक गुनगुने पानी के साथ उपयोग करें। इससे भूख भी बढती है।

● देशी अजवाइन आवश्यकतानुसार लें और तीन बार नीबू के रस मे तर व खुश्क करें। तत्पश्चात् बारीक पीस कर स्वाद के अनुकूल काला नमक मिलाए। एक से दो ग्राम तक गुनगुने पानी के साथ उपयोग करें।

● उदर पीडा, अफारा और अजीर्ण—सोठ, काली मिर्च, पिपली, लाहौरी नमक, स्वेद जीरा, काला जीरा, अजवाइन तथा घी मे भुनी हींग—प्रत्येक पच्चीस ग्राम ।

कूट कर कपडछान कीजिए। मदाग्नि, उदर पीडा, अफारा तथा वदहजमी के दस्तो के लिए गुणकारी है । एक से डेढ ग्राम तक गरम पानी से दें ।

● मलेरिया—अजवाइन सौ ग्राम, आक के भीतर की छाल पन्द्रह ग्राम, शोरा सौ ग्राम, सज्जी-क्षार दो सौ ग्राम । चढे ज्वर मे बच्चो को दो रत्ती तथा वयस्कों को पाँच रत्ती दें—पसीना और मूत्र खुल कर लाती है ।

● पुराना ज्वर—अजवाइन पन्द्रह ग्राम प्रात समय मिट्टी के कोरे कूजे मे चायकप-भर पानी मे भिगो रखें । दिन मे मकान के भीतर तथा रात्रि समय वाहर ओस मे रखना चाहिए । दूसरे दिन प्रात छान कर पीए । इस प्रकार कम से कम दस वारह दिन तक उपयोग करें । यदि पूर्ण लाभ न हो तो अधिक समय तक उपयोग करना चाहिए ।

जव ज्वर वहुत पुराना हो जाए, हर समय धीमा-धीमा ताप रहे, तिल्ली और जिगर भी वढे हुए हो तो इस औषधि के थोडे दिन के उपयोग से ज्वर विल्कुल उतर जाता है और भूख खूव लगती है ।

सुहागा

नौसादर, सुहागा इत्यादि नामो मे हमारी महिलाए तक परिचित है । "दादी" और "नानी" के "घरेलू दवाखाने" मे जितने भी नुस्खे नन्हे या नन्ही के लिए निर्दिष्ट किए जाते हैं प्राय उन सभी मे मधु, सुहागा और नौसादर अवश्य शामिल होते हैं । परन्तु सुहागा के साथ इतना घनिष्ट सम्वन्ध होने के वावजूद भी यह हैरानी की वात है कि ऐसी गुणकारी और लाभदायक वस्तु से हमारा काफी परिचय नही है, और दादी, नानी के चुटकुलो के अतिरिक्त कही इसका उपयोग नही किया जाता ।

सुहागा को अंग्रेजी मे वोरेक्स कहते हैं और यह अंग्रेजी औषधि-विक्रेताओ से वढिया और वहुत स्वच्छ प्राप्य है ।

● **मुह आना**—लगभग पाँच ग्राम सुहागा और चार रत्ती कपूर पन्द्रह ग्राम मधु या ग्लीसरीन मे मिश्रित कर किसी शीशी मे रख लें और आवश्यकता समय मुह के भीतर घाव पर लगाएँ, शीघ्र लाभ होता है। मिश्रित करने के लिए यदि ग्लीसरीन या मधु को तनिक गरम कर लिया जाए तो सुहागा सुगमता से मिश्रित हो जाता है। जबान, होठ और मुह के लिए, जिसे मुह का आ जाना कहते है, इससे श्रेष्ठ लगाने की दवा नही हो सकती।

● **नजला-जुकाम की चमत्कारी औषधि**—नुस्खा क्या है, एक चमत्कार है। आवश्यकतानुसार सुहागा लेकर खील करें और बारीक पीसकर शीशी मे रखें।

दो रत्ती से चार रत्ती तक चाय या गरम पानी के साथ दिन मे तीन बार उपयोग करें। पहले ही दिन, वरन् दूसरे-तीसरे दिन रोग का नाम-निशान नही रहेगा।

● **आवाज बैठना**—यदि अधिक गाने या ऊंची आवाज मे बातचीत करने से गला (आवाज) बैठ जाए तो निम्न नुस्खा प्रयोग कीजिए, तुरन्त आराम होगा।

कच्चा सुहागा पन्द्रह ग्राम बारीक पीसकर शीशी मे रखें। आवश्यकतानुसार चार रत्ती यह औषधि मुह मे रखें और रस चूसते रहे।

● **तिल्ली**—राई बीस ग्राम, खील सुहागा आठ ग्राम। दोनो बारीक पीस कर चूर्ण बनाए। दैनिक एक ग्राम प्रात व एक ग्राम साय मूली के पत्तो के रस मे उपयोग करें, बढी हुई तिल्ली गलाने के लिए अत्यन्त लाभदायक है।

● **दाद**—सुहागा, राल तथा गधक प्रत्येक सत्तर ग्राम, कपूर पन्द्रह ग्राम। सब बारीक पीसकर तथा मिश्रित कर रख लें।

आवश्यकतानुसार नीबू के रस मे घोलकर लगाए, तनिक चुभेगी परन्तु शीघ्र लाभ होगा।

● **पत्थरी**—सुहागा, जौखार, कलमी शोरा, फिटकरी, नौसादर प्रत्येक पन्द्रह ग्राम पीसकर चार-चार ग्राम प्रात व साय शर्बत के साथ दें। तीन

दिन मे ककर गलकर निकल जाता है। वीस वर्ष से आजमाया जा रहा है और सफल सिद्ध हुआ है।

यदि हर मास चार-पांच दिन उपयोग होता रहे तो पत्थरी भी हो तो घुलकर निकल जाती है।

● **पायोरिया टुथ पाउडर**— खील सुहागा पचास ग्राम, समुद्र झाग पचास ग्राम, चाक अढाई सौ ग्राम, सत् पोदीना अठारह रत्ती, सत् अजवाइन अठारह रत्ती, चूर्ण त्रिफला सत्तर ग्राम और नमक सत्तर ग्राम। सब वारीक पीसकर मिश्रित करे। पायोरिया के लिए अत्यन्त गुणकारी टुथ पाउडर तैयार है।

● **पित्त पाउडर**—सुहागा फूला हुआ आठ ग्राम, कपूर एक रत्ती, वोरेक्स पाउडर (जिस्त फूला हुआ) आठ ग्राम, निशास्ता आठ ग्राम खरल कर कपडछन करें, स्नानोपरान्त पित्त पर मलें।

कपूर

● **जीवनामृत**—कपूर एक भाग, सत पुदीना (पीपरमेट) एक भाग, अजवाइन आधा भाग। तीनो को मिलाकर एक शीशी मे कार्क लगाकर रखें, दो-तीन घटे मे तीनो चीजें स्वत घुलकर अर्क-सी वन जाएगी। यदि शीघ्र तैयार करना चाहे तो तीनो चीजें कूटकर शीशी मे डालें और मजवूत कार्क लगाए, थोडी देर धूप मे रखें।

सेवन विधि—वयस्को के लिए इसकी मात्रा दो से चार वूद तक तथा वच्चो को आयु-अनुसार आधी वूद से एक वूद तक दी जाती है। यदि किसी रोग मे इस औषधि को वार-वार देने की आवश्यकता हो तो दिन-रात मे वारह वूद से अधिक नही देनी चाहिए। यदि किसी रोग मे एक ही वार अधिक-से-अधिक मात्रा देने की आवश्यकता हो तो पांच वूद से अधिक उपयोग न की जाए।

गुण-धर्म—वाह्यरूप मे इसका उपयोग गले-सडे मांस को ठीक करता है, खुजली दूर करता तथा कीटाणुनाशक है। इसलिए अपने इन गुणो के कारण

सर्व प्रकार की मासल-पीडा, सिर-दर्द, कान-दर्द, दत-पीडा, सीने तथा कमर का दर्द और गाठिया तथा मोच आदि मे इसकी मालिश की जाती है।

“जीवनामृत” सूजन दूर करने का गुण रखता है। फोडे और फुसिया की आरम्भिक स्थिति मे, जबकि उनमे पीप न पडी हो, जीवनामृत उपयोग किया जाता है। पुराने रोग के कारण पीठ पर लेटे रहने से जो घाव बन जाते है वे इसके लगाने से ठीक हो जाते है। कीटाणुनाशक होने के नाते एक्जीमा (जलन व फुसियाँ) दाद, चवल, गज तथा सर्व प्रकार की खुजली, जैसे कि अडकोषो की खुजली और गुदा की खुजली, आदि मे गुणकारी है। नाक की दुर्गंध तथा नाक के कीटाणुओ को दूर करने के लिए ‘जीवनामृत’ लाभदायक सिद्ध हुआ है। विषैले कीडे, जैसे बिच्छू, मच्छर, पिस्सू, खटमल, भिड इत्यादि के काटे पर अत्यत चमत्कारी औषधि है, तुरन्त पीडा दूर करती है।

नजला-जुकाम, तीव्र खासी तथा क्षय मे इसे सु घाना गुणकारी है।

आतरिक रूप मे उपयोग करने पर मासल-पीडा को शात करता है। मेदे का दर्द, जिगर का दर्द, आँतो का दर्द इसके पिलाने से ठीक हो जाते है। हैजे मे इसके उपयोग से बहुत लाभ होता है, मितली तथा कै रोकने के लिए अति उत्तम वस्तु है।

इसके अतिरिक्त, दस्त, मरोड, पेट के कीडे, पसली का दर्द, निमोनिया मे भी इसके उपयोग से लाभ होता है। यदि घर मे यह औषधि बनाकर रखे तो आवश्यकता समय बहुत से कष्टो मे काम आ सकती है।

सेवन विधि—सिर-दर्द मे इस औषधि को माथे पर लगाकर उगली से तनिक मल दो। पसली के दर्द और गाठिया मे लगाकर मालिश की जाए। फोडे-फुसियो पर वैसे ही लगा दें। कान मे दर्द हो तो सरसो के तेल की बूद मे ‘जीवनामृत’ मिलाकर टपकाए। दाढ़ या दत-पीडा मे रुई का फाया तर कर दाढ या दाँत पर रखें। खुजली (चाहे किसी अग मे हो) और पित्ती मे सरसो के तेल मे मिलाकर लगाए। दाद, गज, चवल मे इसे ही लगाइये। यदि ऐसा करने से सूजन हो तो थोडे सरसो के तेल मे मिलाकर लगाए। विषैले कीडो के काटे पर दो बूद डालकर उगली से मल दें। नजला-जुकाम

मे रूमाल पर डालकर (चार-पाँच बूद) सुघाए और गुनगुने पानी मे डालकर
इससे नाक धोए। मेदे के दर्द मे चार बूद गुलाव अर्क मे मिलाकर पिलाए।
जिगर के दर्द मे अजवाइन अर्क मे या केवल पानी मिलाकर पिलाए। पसली
के दर्द और निमोनिया मे पसलियो और सीने पर तेल सरसो मिलाकर मालिश
करें और दो-दो बूद अर्क गाऊजवन मे मिलाकर पिलाए या शर्वत एजाज मे
मिलाकर चटाना चाहिए। हैजे मे दो बूद गुलाव अर्क मे मिलाकर दो-दो घण्टे
पश्चात् निरन्तर देते रहना चाहिए—जब तक आराम न हो जाए। प्यास
तीव्र हो तो दो बूद मिश्री की डली पर डालकर चूसे।

● **सूघिये और दर्द गायव**—नौसादर पन्द्रह ग्राम, कपूर चार ग्राम पीस
कर शीशी मे वन्द रखिए। कैसा ही सिर-दर्द हो इसके सूघने से ठीक हो
जाता है। दाढ़ और दाँत का दर्द भी शात होता है।

● **तेल खुजली**—कपूर आठ ग्राम, गधक और कलमी शोरा प्रत्येक
पन्द्रह ग्राम, हरा तूतिया (नीला थोथा) दो ग्राम। सब को वारीक पीस कर
सत्तर ग्राम सरसो के तेल मे घोल कर रखें। आवश्यकता समय खुजली के
स्थान पर मालिश कर आधा घन्टा तक धूप मे वैठें, तत्पश्चात् सावुन और
गरम पानी से साफ कर लें। चार दिन तक यह उपचार करने से तर व
खुश्क—दोनो प्रकार की खुजली नष्ट हो जाएगी।

● **दाद और चम्वल का रामवाण तेल**—कपूर पन्द्रह ग्राम, सत्तर ग्राम
तेल तारपीन। पहले कपूर वारीक पीसें और शीशी मे रख ऊपर से तेल डाल
कर इतना हिलाए कि दोनो मिश्रित हो जाए, फिर मजवूत कार्क लगा कर
रखें। प्रात. व साय रुई से लगाए। विगडे से विगडा दाद तथा चम्वल दूर
हो जाता है।

नोट—तेल तारपीन अच्छी प्रकार गरम कर लें, फिर कपूर इसमे डालें।
थोडी देर मे स्वत. घुल जाएगा। यदि सारा न घुले तो समझें कि तेल तार-
पीन कम गरम हुआ है, थोडा और गरम कर लें।

● **अक्सीर दाद**—कपूर एक ग्राम, गधक एक ग्राम। थोडे से मिट्टी
के तेल मे खरल कर मरहम-सी वना लें। दाद को खुर्च कर लगाए, कुछ ही
दिनो मे कष्ट दूर हो जाएगा।

● बवासीर—वैसलीन, जिससे डाक्टर लोग मरहम बनाते हैं, बहुत सस्ती वस्तु है—एक पौंड, कपूर तीस ग्राम, अफीम शुद्ध तीस ग्राम, सत् पोदीना आठ ग्राम।

प्रथम अफीम, कपूर तथा सत् पोदीना मिलाकर भस्म करें। फिर थोड़ी-थोड़ी वैसलीन मिलाते जाएं कि सारी वैसलीन दूसरी चीजों मे अच्छी प्रकार मिश्रित हो जाए। इसे खुले मुह की बोतल मे डाल कर रखें।

दैनिक रात्रि समय पीतल की पिचकारी मे यह मरहम भर कर गुदा के भीतर पहुंचाएं। प्रातः भी शौचादि से निवृत्ति पर यही प्रयोग करें। इसके निरन्तर उपयोग से खूनी तथा बादी दोनों प्रकार की बवासीर दूर हो जाती है और दर्द तुरन्त बन्द हो जाता है।

जर्मनी मे यह मरहम प्रति वर्ष भारी मात्रा मे बेची जाती है।

● कष्टदायक मासिक धर्म—अफीम एक रत्ती, कपूर चार रत्ती। दोनों मिला कर चार पुड़िया बनाएं, दो दो घन्टे पश्चात् पानी के साथ उपयोग करें।

● लिकोरिया—कपूर, गुलाब अर्क, बढ़िया ग्लसरीन। सब बराबर वजन लेकर मिश्रित कर लें और खुले मुह की शीशी मे रखें। इस औषधि मे फाया तर कर पैड के रूप मे इस्तेमाल करें। एक सप्ताह मे ही पुराना कष्ट दूर हो जाएगा।

● अर्क कपूर—कलकत्ता की एक प्रसिद्ध संस्था इसी नुस्खे को अर्क कपूर के नाम से बेचती थी, जिसने संसार में अपनी धाक बैठा दी थी। परन्तु यह सत्य है कि नुस्खा है भी हैजे की रामबाण औषधि।

रेक्टीफाईट स्पिरिट एलोपैथिक न० नौ डेढ पौंड, पीपरमेंट आयल चार औंस, कपूर पांच औंस।

प्रथम कपूर के टुकड़े कर स्पिरिट की शीशी मे डालें और मजबूत कार्क लगाकर धूप मे रखें और बार-बार हिलाते रहे। जब कपूर अच्छी प्रकार घुल जाए तो फिर पीपरमेंट आयल भी मिला दें—सर्वोत्तम अर्क कपूर तैयार है।

अर्क कपूर हैजे का तोड तथा दस्त और कै के लिए एक भरोसे की औषधि है। हैजा जब भीषण रूप धारण कर ले तो इस अर्क को कभी नही भूलना चाहिए।

मात्रा—दो से छह बूद तक स्वच्छ जल मे या बताशे मे डाल कर उपयोग करें।

● हैजा नहीं होगा—कलमी शोरा तीस ग्राम, कपूर भीमसेनी डेढ ग्राम, मिश्री तीन ग्राम। अच्छी प्रकार पीसकर मिश्रित करें।

स्वस्थ व्यक्ति यदि हैजा के दिनो मे चार रत्ती प्रात व साय गरम पानी से चार-पांच रोज उपयोग करे तो फिर हैजा होने का भय नही रहता।

नौसादर

● सिर दर्द—नौसादर ठीकरी पन्द्रह ग्राम बोतल मे डाल कर बोतल को पानी से भरें और हिलाए ताकि मिश्रित हो जाए। यह अर्क सिरदर्द के लिए अक्सीर है। यदि दौरे से सिर-दर्द हो तो दर्द होने से एक घन्टा पहले एक मात्रा पिलाए। तत्पश्चात् सिर दर्द-बन्द होते ही तुरन्त दूसरी मात्रा दें यदि हमेशा सिर-दर्द रहता हो तो प्रात व साय एक-एक मात्रा पिलाए। कुछ दिन के उपयोग से पुराने से पुराना सिर-दर्द भी ठीक हो जाता है। एक मात्रा मे दो चम्मच-भर लें।

● बेहोशी—रोगी को बेहोशी हो या मिर्गी या हिस्टीरिया के कारण मूर्च्छा हो तो निम्न चुटकुले के उपयोग से तुरन्त चेतना प्राप्त हो जाती है। यदि जुकाम बन्द हो, इस कारण सिर-दर्द तथा बेचैनी तो इसके उपयोग से जुकाम बहने लगता है और सिर-दर्द ठीक हो जाता है.

चूना (अनबुझा) और नौदसार दोनो बराबर वजन अलग-अलग पीस कर काच की शीशी मे कार्क लगाकर रखें। आवश्यकता समय शीशी हिलाकर तथा तनिक जल द्वारा नम कर रोगी की नाक के सामने रखें, इसकी तीव्र गध नाक मे पहुचते ही रोगी को होश आ जाता है।

यदि जुकाम वन्द हो, छीक न आती हो, सिर मे तीव्र पीडा हो और सास लेने मे कठिनाई हो तो ऐसी अवस्था में भी यही सु घाए, तुरन्त नाक खुल जाती है और जुकाम बहने लगता है ।

● अमृत पाउडर—यह नुस्खा देखने मे नितात साधारण-सा दिखाई देता है परन्तु गुण मे प्राय. वडे-वडे कीमती नुस्खो को परास्त कर देता है। मैंने इस पाउडर को काफी समय तक जेव मे रख अनेक रोगो की सफल चिकित्सा की है।

यह मानसिक रोगो के लिये गुणकारी नसवार है, दातो के लिए अद्वितीय मजन, और मेदा-विकार के लिए चमत्कारी चूर्ण ।

काली मिर्च पन्द्रह ग्राम, नौसादर पन्द्रह ग्राम और गेरू तीस ग्राम॥ समस्त सामग्री वहुत पीस कर शीशी मे रखें । मात्रा · केवल दो रत्ती ।

सेवन विधि—सिरदर्द, नजला, जुकाम और मूर्छा मे थोडी-सी लेकर नसवार के रूप मे सु घाए । दत-पीडा, दातो का हिलना, दातो की मैल के लिए मजन के रूप मे मलें । अजीर्ण, उदर-पीडा, अफारा, शूल इत्यदि के लिए दो-दो रत्ती सौंफ अर्क (तनिक गर्म करके) के साथ उपयोग करें ।

● दाढ-दर्द—अफीम एक रत्ती, नौसादर एक रत्ती । दोनो मिलाकर गोली-सी वनाकर दाढ के छेद मे रख कर दवा दें, यानि दवा छेद मे भर दें, आयु-भर के लिए कष्ट जाता रहेगा और छेद भी वन्द हो जाएगा—एक चमत्कारी उपचार है ।

● खांसी—यदि खासी के सग वलगम आती हो तो थोडे-से पानी मे खाने वाला नौसादर मिश्रित कर एक दिन मे तीन-चार वार पीजिए, खासी ठीक हो जाएगी ।

● पेट-दर्द—नौसादर देशी पचास ग्राम, काली मिर्च पचास ग्राम, वडी ईलायची सौ ग्राम, मत् पौदीना तीन ग्राम, काला नमक सौ ग्राम ।

समस्त सामग्री वारीक पीस कर परस्पर मिला लें और शीशी मे वन्द

गुण-धर्म—पेट दर्द, प्यास की तीव्रता, मिचली, अजीर्ण, कब्ज, खट्टी डकारें, छाती की जलन इत्यादि रोगो मे अत्यन्त गुणकारी है।

मात्रा—चार रत्ती से डेढ ग्राम आयु के अनुसार तथा रोगी की शक्ति के अनुसार ताजा जल से दिन मे दो-तीन वार उपयोग करें।

गंधक

● गधक रसायन—गंधक आवलासार विशुद्ध सत्तर ग्राम, छोटी इलायची, दारचीनी, नागकेसर, सत गिलो, त्रिफला (हरड, वहेडा और आवला वरावर वजन) और सोठ—प्रत्येक पन्द्रह ग्राम। सवको अलग-अलग कूट कर मिश्रित करें। इस चूर्न के वरावर वजन चीनी पीस कर मिला लें।

सेवन-विधि—दो से तीन ग्राम तक प्रात व साय मधु मे मिलाकर चाटना चाहिए।

छूत की खुजली, खसरा, दाद और फुसी इत्यादि रक्त विकार से उत्पन्न सर्व प्रकार के रोगो के लिये कई वार की अनुभूत तथा सफल औषधि है।

इसके अतिरिक्त, स्थायी कब्ज और ववासीर के लिए अत्यन्त गुणकारी है। इसके सेवन से शारीरिक वल वढता है। पुराना ज्वर और वायु को ठीक करती है। कम-से-कम दो मास तक उपयोग करने से भरसक लाभ प्राप्त होगा।

नोट—गधक शुद्ध करने की विधि इस प्रकार है—

गधक और घी वरावर वजन कलछी मे डाल आच पर रखें। जव गधक पिघल जाए तो इससे दस गुना गाय के दूध मे ठण्डा करें। इसी प्रकार कम-से-कम तीन वार करें, गधक शुद्ध हो जाएगी।

● काला दाद—गधक, सुहागा, मिश्री, फिटकरी—चारो औषधिया वरावर वजन वारीक कूट कर कपडछन करें और दाद को खुजलाकर नीवू-रस के साथ दैनिक एक वार—सात दिन तक लगाए। लगाने पर कुछ कष्ट होगा, परन्तु दाद कैसा ही पुराना हो, तथा खुजलाते-खुजलाते गढे ही क्यो न पड गये हो, जड से दूर हो जाएगा। अत्यन्त सफल चिकित्सा है।

● चवल—गधक आवलासार और कास्टिक सोडा—बराबर वजन बारीक कर एक शीशी मे डाल कर धूप मे रखें, स्वतः तेल-सा बन जाएगा, जो कि चवल के लिए अकसीर है।

लगाने से कील निकलेंगे, परन्तु यह रोग फिर नहीं उभरेगा । निरन्तर कुछ दिन तक लगाते रहिए।

गेरू

● खून बन्द—शरीर के किसी भी भाग से खून बहने के लिए एक चमत्कारी औषधि है।

खासी के कारण फेफडो से खून आना, कै द्वारा मेदे से, दस्तो द्वारा आतो से और मूत्र द्वारा मूत्राशय से खून आता हो, गर्भिणी का खून जारी हो जाए, या मासिक-धर्म विकार के कारण खून की तीव्रता हो तो ऐसी सभी स्थितियो मे इसका उपयोग आश्चर्यरूप मे गुणकारी है—

गेरू और सगजराहत—दोनो बराबर वजन पीस कर शीशी मे सुरक्षित रखें।

सेवन विधि—खांसी द्वारा फेफडो से खून आने की स्थिति मे छह ग्राम औषधि मे सत मुलेठी और कतीरा प्रत्येक दो रत्ती बारीक पीस कर, शर्बत एजाज तीस ग्राम मे मिलाकर चटाए। प्रात, दोपहर और साय—दिन मे तीन बार उपयोग कराने से दो ही दिन मे खून बन्द हो जाता है।

● दस्तो द्वारा खून आने मे तीन-तीन ग्राम यह औषधि दही या छाछ के साथ दिन मे तीन बार उपयोग करनी चाहिए।

● बवासीर व मरोड़ मे तीन ग्राम औषधि मे पाच ग्राम इस्पगोल मिलाकर दही या छाछ से उपयोग करनी चाहिए।

● खसरा—ग्रीष्म ऋतु में रक्त विकार के कारण शरीर मे खुजली होने लगती है और दाग़ (धब्बे) पड जाते हैं। इस स्थिति मे गेरू अत्यन्त बारीक पीसकर तथा कपडछन कर पाच-पाच रत्ती की पुडिया बना लें। हर

तीन घटे पश्चात् दिन मे चार वार यह गेरू चूर्ण पन्द्रह ग्राम शुद्ध मधु मे मिलाकर उपयोग करना चाहिए ।

इसके अतिरिक्त, गेरू-चूर्ण मे पानी मिश्रित कर पतला लेप-सा वनाए और सारे शरीर पर मलें । दो-चार दिन मे ही बिल्कुल आराम हो जाता है । गेरू वास्तव मे कैलशियम और फौलाद का मिश्रण है, इसलिये यह अत्यन्त गुणकारी है । डाक्टर जिन रोगो मे कैलशियम का प्रयोग करते हैं, उन्ही रोगो मे उसी मात्रा से गेरु उपयोग करके उतना ही लाभ उठाया जा सकता है । कैलशियम कीमती औषधि है और गेरू केवल पाच नये पैसे- भर का कई रोगियो को लाभ पहुँचा सकता है ।

रीठा

रीठा एक साधारण पदार्थ है । प्राय लोग इतना ही जानते हैं कि यह कपड़े धोने के काम आता है । परन्तु रीठे के और भी कई प्रयोग हैं और वह औषधि-निर्माण के काम भी आता है—

● **सिरदर्द और रीठा**—पानी की कुछ बूदें पत्थर पर डालकर रीठे का छिलका इतना घिसें कि पानी खूब गाढा हो जाए ।

आधे सिर का दर्द जिस ओर होता हो, उसके विपरीत तरफ कुछ बूदें नाक के नथने मे टपकाए और प्रकृति का चमत्कार देखें ।

या रीठे का छिलका वारीक पीस कर नस्वार के रूप मे सुघएँ ।

● **मूर्छा और रीठा**—मिर्गी, हिस्टीरिया या किसी अन्य कारण से अकस्मात कोई मूर्च्छित हो जाए तो तुरन्त रीठा घिस कर रोगी की नाक मे टपकाए, या रीठे का वारीक चूर्ण दोनो नथनो मे दो-तीन रत्ती डाल कर बास की खोखली नली या सुनार की धौंकनी से खूब फूकें । इस प्रकार मिर्गी, हिस्टीरिया या अन्य किसी कारण होने वाली मूर्छा तुरन्त ठीक हो जाती है ।

● **रीठे का सुरमा**—रीठे का छिलका और सुरमा वरावर वजन वारीक पीस कर रखें । प्रात. व साय सलाई से आखो मे लगाए, जाला फूला, और धुध आदि के लिए गुणकारी है ।

● चेहरे के धब्बे—चेहरे के धब्बे और झाइयां रीठे का छिलका पानी मे पीस कर लगाने से दूर हो जाते हैं और चेहरा निखरता है।

● लकवा—रीठा पानी मे घिसें और जिस ओर की आंख बन्द हो उस ओर के नथने मे टपकाए और निरन्तर कई दिन तक ऐसा करते रहें। नाक से विषैला पानी खारिज होकर आराम हो जाएगा।

● बवासीर और रीठा—रीठा खूनी व बादी बवासीर के लिए भी उपयोगी है। रीठे का छिलका और रसौंत शुद्ध दोनो बराबर वजन बारीक पीसकर पानी मे गोंध लें और जगली बेर के बराबर गोलिया बना लें।

प्रात निराहार एक गोली ठण्डे जल के साथ उपयोग करें और तत्पश्चात् दाल मूग की खिचडी भरसक घी डाल कर सेवन करें। साय भी खिचडी ही खाए। कुछ दिन के उपयोग से स्वास्थ्य लाभ होगा।

● रीठे का छिलका दो भाग और हीराकसीस एक भाग। दोनो अच्छी प्रकार बारीक कर गोलिया बनाए। यह गोलिया बवासीर के मस्सो की अक्सीर है।

खाने के लिए—रीठे का छिलका गाय के ताजा दूध मे अच्छी प्रकार खरल कर एक-एक रत्ती की गोलिया बनाए और छाव मे खुश्क करें। एक गोली प्रात व एक साय दही की छाछ के साथ या गाय के दूध से उपयोग करें, सर्व प्रकार की बवासीर के लिए गुणकारी है।

● साप काटे का चमत्कारी इलाज—रीठा साप काटे की अद्वितीय औषधि है, कई बार अनुभूत किया गया है और कभी असफल नही हुआ। शर्त यह है कि सर्प के कटे व्यक्ति मे प्राण बाकी हो, फिर यह चमत्कारी औषधि इसे मरने नही देती।

आठ ग्राम रीठे का छिलका कूडी मे ठण्डाई के रूप मे घोट लें और एक कप पानी डाल कर बिना छाने ही पिलाए, तुरन्त कै और दस्तो द्वारा विष बाहर निकलना आरम्भ होगा। दस-पन्द्रह मिनट पश्चात् फिर उतनी ही मात्रा मे रीठे की यह ठण्डाई और पिला दें, और यह सिलसिला उस समय तक जारी रखें जब तक कि रोगी को इस ठण्डाई का स्वाद कडवा न लगने

लगे जब कडवा लगने लगे तो समझ लीजिए कि अब विष निकल गया है। तत्पश्चात् रोगी को खूब घी का इस्तेमाल कराते रहें।

● दंत रोग—रीठे के बीज जला कर कोयला बना लें और बराबर वजन नील फिटकरी मिश्रित कर तथा बारीक पीस कर मंजन बनाए। मंजन के उपयोग से हिलते हुए दांत कुछ ही दिनों में ठीक हो जाते हैं। दंत-पीडा और दाढ़-दर्द के लिए भी गुणकारी है। जिन लोगों के सब दांतों में दर्द रहता है, ठण्डा पानी पीने से जान निकलती-सी अनुभव होती है, उनके लिये यह एक चमत्कारी औषधि है।

● हैजा और दस्त—रीठे का छिलका बारीक पीस कर पानी या गुलाब अर्क में मिलाकर मूंग के बराबर गोलियां बनाए और आवश्यकता के समय एक-दो गोली गुलाब अर्क से देते रहें। इससे कै और दस्त बन्द हो जाएंगे। परन्तु जब तक पूर्ण स्वास्थ्य न हो जाए, खाने को कुछ न दें। फिर धीरे-धीरे सागूदाना देना आरम्भ कर दें।

● पीलिया और तिल्ली—गर्म पदार्थों के अधिक उपयोग से जिगर में पित्त पड कर रक्त का रंग पीला हो जाता है। यह पीलापन पहले आंखों में और फिर सारे शरीर में फैल जाता है। पीलिया में गरम और चिकने पदार्थों से परहेज करें। आलू, अरवी बिल्कुल न खाएं। तिल्ली प्राय: मौसमी बुखार के बाद बढ़ जाया करती है।

रीठे का छिलका एक भाग, हरड का छिलका दो भाग। दोनों बारीक पीस कर तथा मधु मिश्रित कर चार ग्राम दैनिक सेवन करें। इससे दैनिक तीन दस्त होकर तिल्ली कम हो जाती है और पीलिया को भी इससे आराम हो जाता है, क्योंकि दस्तों द्वारा सारी गर्मी खारिज हो जाती है।

● वीर्य-बल-वर्द्धक—रीठे की गुठली की गिरी वीर्य-बल-वर्द्धक है। इसे बारीक पीस कर बराबर वजन शक्कर मिलाकर दूध के साथ चार ग्राम सेवन करें।

● सूखे की सफल चिकित्सा—तीन रीठों की गुठली की गिरी बारीक पीस कर काली बकरी (एक रंग की—बिल्कुल काली) के साठ ग्राम दूध में

खरल करें। फिर इसकी चौदह गोलियां बनाए। दैनिक एक गोली किसी भी रंग की बकरी के दूध मे घिस कर पिलानी चाहिए।

यह मात्रा दो वर्ष तक के बच्चे के लिए है। यदि बच्चा बडा हो तो इसी मात्रा मे गुठली की गिरी अधिक कर लें, चौदह दिन मे बच्चे का सूखा रोग जाता रहेगा।

● दमा—एक रीठे का छिलका बारीक पीस कर हलुए या दूध की मलाई मे लपेट कर निगल लें, इससे बलगम खारिज होकर एक सप्ताह मे बलगमी दमा जड से उखड जाएगा।

तम्बाकू

● दंत पीडा की अचूक औषधि—तम्बकू के खुश्क पत्ते बढ़िया, सुर्ख गेरू, काली मिर्च—तीनों बराबर वजन बारीक पीस लें और कपडछन कर शीशी मे रखें। आवश्यकता के समय मंजन के रूप मे मलें और कुछ देर पश्चात् कुल्ला करें।

दंत-पीडा के लिए यह एक अद्भुत और चमत्कारी औषधि है। इसके उपयोग से पीडा शीघ्र ठीक हो जाती है।

● दांत हिलना—तम्बाकू पचास ग्राम, अक्करहा सत्तर ग्राम, काली मिर्च पचास ग्राम, खील फिटकरी तीस ग्राम, कपूर देशी पन्द्रह ग्राम—समस्त सामग्री बारीक कर सुरक्षित रखें। प्रातः व सायं दांतों पर मलें। दो सप्ताह के निरन्तर उपयोग से दांतों का हिलना बन्द हो जाता है।

● घाव का अचूक तेल—कच्चा तम्बाकू कुचलकर निकाले हुए रस मे बराबर वजन तिल का तेल डाल कर आंच पर रख पानी जला लें। तेल रह जाने पर बोतल मे भरें।

या—

एक भाग खुश्क कडवा तम्बाकू सोलह भाग पानी मे रात को भिगो कर अगले दिन कडाही मे डाल कर पकाएँ। दो भाग पानी रहने पर मल-छान कर इस पानी की आधी मात्रा मे तेल तिल मिला कर दोबारा पकाएँ। तेल बाकी रहने पर छान कर बोतल मे भर लें।

गहरे-से-गहरे और पुराने-से-पुराने घाव और नासूर को भरने के लिए अद्भुत वस्तु है। इससे घाव पर मक्खी नही बैठती, दंत-पीडा और पायोरिया इसके उपयोग से दूर होता है। जुएँ या चमजुएँ शरीर के किसी भी भाग या सारे शरीर मे पड जाएँ, इस तेल के एक ही बार लगाने से मर जाती हैं। बच्चो के सिर के घाव तथा बिगडे घाव जो ठीक होने मे न आते हो, इसके लगाने से बहुत शीघ्र ठीक हो जाते हैं।

● विषैले जन्तुओ के काटे का इलाज—तम्बाकू का क्षार साप के विष को काटने के लिए एक चमत्कारी वस्तु है। भिड, बिच्छू का विष, काटना तो इसके लिए एक साधारण-सी बात है।

तम्बाकू का पौधा जड सहित उखाड कर छाँव मे सुला कर तथा किसी खुले स्थान पर ढेर लगा कर आग लगाएँ, और स्वय धुएँ से बचें। जल कर राख हो जाने पर राख को चार गुना पानी मे घोलें, और कपडछन कर रखें। जब राख नीचे बैठ जाये तो नियरे पानी को कडाही मे डाल कर आंच पर पकाएँ। पानी जल जाने पर इसमे से निकले क्षार को बारीक पीस लें।

यह क्षार अत्यन्त विषैली वस्तु है, परन्तु दूसरे विष को काटने के लिए अक्सीर है।

साप के काटे स्थान पर एक रत्ती यह क्षार पन्द्रह ग्राम, गरम पानी मे घोल कर इजेक्शन कर दें, विष दूर हो जाएगा। या उस्तरे आदि से घाव मे चीरा देकर यह क्षार खुश्क ही भर दें, रक्त मे मिलकर विष को अत्यन्त तेजी से बेकार कर देगा। विषैली मक्खी, भिड, बिच्छू इत्यादि का विष तो इसके लेप से ही ठीक हो जाता है।

चूना

चौथाई किलो अनबुझा चूना पाँच किलो पानी मे मिट्टी के बर्तन मे घोलें और अच्छी प्रकार हिलाकर रख दें। दो-चार घटे पश्चात् जब चूना नीचे बैठ जाए और पानी स्वच्छ दिखाई देने लगे तो पानी को सावधानी-पूर्वक बोतलो मे भर लें। इस पानी पर एक श्वेत-सी तह जम जाया करती है, पानी निथारते समय इसे भी उतार दें। यह चूने का पानी है, इसमे बहुत थोडी मात्रा मे चूना घुला रहता है।

● **हैजा**—तीस ग्राम चूने का पानी पन्द्रह-पन्द्रह मिनट पश्चात पिलाएँ, रोगी ठीक हो जाएगा।

हैजे के रोगी को रोग की तीव्रता मे या जब रोगी कमजोर होकर मृत्यु के मुह मे जा रहा हो और ठण्डा पसीना आ रहा हो तो ऐसी स्थिति मे चूने का पानी अत्यन्त लाभदायक सिद्ध हुआ है। दो-दो चार-चार मिनट पश्चात् चूने के पानी के दो-चार चम्मच पिलाते रहे, इससे शीघ्र पसीना आना बन्द हो जाता है और शरीर मे गरमी आते-आते रोगी स्वस्थ हो जाता है।

● **बच्चो का सूखा**—यह एक बहुत घातक रोग है। चूने के पानी मे दो गुना चीनी मिलाकर इसका शर्बत तैयार करें।

यह शर्बत बच्चो के लिए अत्यन्त लाभदायक है, और बच्चे इसे प्रसन्नता-पूर्वक पीते हैं। दूधपीते बच्चे को इसकी चार से बीस बूँद तक दिन मे दो-तीन बार दूध मे मिलाकर पिलाना चाहिए। चूने के पानी मे तैयार हुआ शर्बत जल्दी विकृत नही होता।

● **खून बन्द होगा**—चूने का एक-एक ग्रैम पानी दिन मे चार बार सादे पानी मे मिलाकर पिलाने से बवासीर का खून बन्द हो जाता है। स्त्रियो के अधिक मासिक स्राव के लिए भी इसी प्रकार उपयोग करना चाहिए। नकसीर जाने, फेफडो, गले, मसूढो या किसी प्रकार के घाव से खून जारी होने मे भी इसी प्रकार उपयोग कराएँ।

ताजा घाव से यदि खून बन्द न होता हो तो चूने के पानी मे रूई भिगो कर घाव पर मजबूती से बाँध दें। इससे खून तुरन्त बन्द होगा।

● **कमजोर दिल**—दिल की धडकन कमजोर पड गई हो या नाडी सुस्त चलती हो तो भी चूने के पानी से लाभ होता है—पिलाने से भी और इजेक्शन से भी।

एक-एक औंस चूने का पानी थोडे-थोडे समय पर पिलाना चाहिए।

● **बच्चों के हरे-पीले दस्त**—छह मास तक के बच्चो को पांच बूँद तथा छह मास से एक वर्ष के बच्चो को दस बूँद चूने का पानी तथा दो वर्ष तक के बच्चो को बीस बूँद दैनिक थोड़ा पानी मिलाकर अथवा पानी मिले पतले और तनिक गरम दूध मे मिलाकर पिलाएँ।

● **बच्चों की कमजोरी**—जबकि हड्डी का बनना बन्द हो गया हो, या हड्डी मे कीडा लग गया हो या हड्डी गलनी आरम्भ हो गयी हो या सिर और मुँह के बाल जिनका सम्बन्ध हड्डियो से है, झडते हो, या कमजोर पड गए हो तो भी चूने का पानी गुणकारी है। एक-एक औंस या तनिक कम या अधिक चूने का पानी दिन मे तीन-चार बार पिलाएँ।

तुलसी के चमत्कार

हमारे पूर्वजो ने तुलसी की बहुत प्रशसा की है। और इसका सबसे बडा कारण यह है कि इसमे जीवनामृत जैसे द्रव विद्यमान हैं। यह दो प्रकार की होती है—हरी और काली। हरी तुलसी मे कुछ कम गुण नही होते, परन्तु काली तुलसी की तो बात ही निराली है।

● **पौरुष-बल वर्द्धक**—तुलसी के बीज मे पौरुष निर्बलता दूर करने का स्वाभाविक गुण है। इसके उपयोग से पतला वीर्य गाढा होता है तथा उसमे वृद्धि होती है। शरीर मे वास्तविक गर्मी और शक्ति उत्पन्न होती है। गैस और कफ से उत्पन्न होने वाले अनेक रोग मिट जाते हैं।

आए दिन बेशुमार युवक इश्तहारी पौरुष-बलवर्द्धक औषधियों के पीछे भागते हैं। यदि वे तुलसी के बीज पीसकर बराबर वजन गुड़ मिलाकर डेढ़-डेढ़ माशे की गोलियाँ बना लें और प्रात व साय एक-एक गोली गाय के ताजा दूध के साथ उपयोग करें तो पाँच सप्ताह मे ही उनकी समस्य चिन्ता दूर हो जायगी।

● तुलसी के बीज लेसदार तथा वीर्य-बलवर्द्धक होने के नाते वीर्य विकार मे उपयोग किये जाते है।

तुलसी के बीज प्रात या सायं छह छह माशे फाँक कर ऊपर से गुनगुना दूध पीया जाए तो इसके निरतर उपयोग मे वीर्य गाढा हो जाता है।

● ज्वर—सर्दी के ज्वर मे तो तुलसी विशेष काम करती है। इसके उपयोग से सर्दी छाती मे नहीं उतरने पाती, और छाती मे उतरी हुई सर्दी कफ के रूप मे बाहर निकल जाती है। छाती का दर्द भी कम हो जाता है। तुलसी के पत्तो का रस एक-दो तोले डेढ मे तीन मासे तक चूर्ण काली मिर्च मिलाकर पीने से तीव्र से तीव्र ज्वर भी ठीक हो जाता है।

तुलसी की पत्तियाँ और काली मिर्च की गोलियाँ मलेरिया के लिए कोनीन का काम करती हैं। तथ्य यह कि तुलसी के रस मे मलेरिया के कीटाणु नष्ट करने का अद्भुत गुण है।

● एक तोला काली मिर्च सोलह पहर तक तुलसी के रस मे रगडकर काली मिर्च के बराबर गोलियाँ बना लें, सुखाकर शीशी मे रखें। एक से लेकर तीन गोली तक आयु-अनुसार सर्व प्रकार के ज्वर के लिए दिन मे तीन बार तक दे सकते हैं। तेज से तेज ज्वर भी ठीक हो जाएगा।

● तुलसी के ताजा या खुश्क पत्ते छह माशा, सोंठ, दारचीनी, इलायची, सौंफ प्रत्येक एक-एक माशा मालकर चाय बनाए और मौसकी बुखार, के दिनोंमे पीएँबुखार खाँसी और सीने की खरखराहट के लिये अत्यन्त लाभप्रद मेदे को बल प्रदान है, करती है तथा जुकाम को ठीक करती है।

मलेरिया के मौसम मे दो-चार दाने काली मिर्च और तुलसी के पत्ते चबा लेना स्वास्थ्य रक्षा के लिए उत्तम है।

● **मलेरिया की अचूक औषधि**—दस तोले तुलसी के पत्तो के रस में एक तोला चूर्ण छोटी इलायची मिलाकर इतना खरल करें कि सुगमतापूर्वक दो दो रत्ती की गोलियाँ बनाई जा सकें।

मलेरिया ज्वर के लिए अत्यन्त ही लाभप्रद औषधि है, प्राय प्रथम मात्रा देने से ही ज्वर रुक जाता है वरन् दो-तीन बार देने से तो निश्चय ही आराम हो जाता है।

● ताजा तुलसी का रस तथा काली मिर्च बराबर वजन खरल करके दो-दो रत्ती की गोलियाँ बनाएँ। मात्रा व सेवन विधि ऊपर दिये अनुसार।

● **जुकाम और खाँसी**—खुश्क पत्तो का काढा जुकाम, खाँसी तथा दस्तो की बढिया घरेलू दवा है।

तुलसी के रस मे बलगम को पतला कर खारिज कर देने का गुण है, इसी कारण यह जुकाम और खाँसी मे लाभप्रद है। यदि तुलसी के रस मे मधु, अदरक और प्याज का रस भी उचित मात्रा मे मिलाया जाए तो यह खाँसी और दमे के लिए एक अक्सीर बन जाती है। इस उद्देश्य के लिए केवल मधु के साथ उपयोग करना भी अत्यन्त गुणकारी है।

● **वैदिक चाय**—तुलसी का रस, गोरख पान बूटी, सुर्ख चदन और सौफ प्रत्येक एक पाव, दारचीनी, तेजपात, बडी इलायची, सगध बाला, मुलेठी प्रत्येक आध पाव, लौंग एक तोला। समस्त सामग्री बारीक करके मिला लें।

विधि आधा सेर पानी मे छह माशे वैदिक चाय डालकर उबालें। दो-तीन उबाल आ जाने पर नीचे उतारकर छान लें और इच्छानुकूल दूध चीनी मिलाकर चाय के समान पीएँ। दिन मे एक-दो बार यह चाय उपयोग की जा सकती है।

गुण-धर्म स्वदेशी जडी बूटियो से बनी यह चाय अत्यन्त गुणकारी तथा सुगधित है। नजला-जुकाम, खासी, सिर-दर्द और कब्ज आदि के लिए उपयोगी है। दिल-दिमाग व मेदे को शक्ति प्रदान करती है। बाजारी चाय से कई गुना बढिया यह चाय पौरुष बलवर्द्धक भी है। इस पर भी खूबी यह कि

तनिक भी नशीली नही । इसलिए जिन्हे चाय की आदत पड चुकी है उनके लिए यह एक अत्यन्त बढिया पेय है, चाय की आदत छोडकर इसका उपयोग आरम्भ कर दें ।

● साप काटे की दवाई—यदि साप काटे व्यक्ति पर तुलसी उपयोग की जाए तो उसके प्राण बच जाने की बहुत ही अधिक सम्भावना रहती है । साप काटने पर तुरन्त एक मुट्ठी तुलसी की पत्तिया खा लेनी चाहिएँ और साथ ही काटे स्थान पर तुलसी की जड मक्खन मे घिसकर लगानी चाहिए । आरम्भ मे इस लेप का रग श्वेत रहेगा परन्तु ज्यो-ज्यो यह विष खीचेगा वह काला पडता जाएगा । जब इसका रग अच्छी तरह काला दिखाई देने लगे तो इसकी बजाए दूसरा लेप लगा देना चाहिए । यह लेप तब तक बदलते रहना चाहिए जब तक कि इसका काला पडना बद न हो । जब यह लेप काला न पडे तब समझना चाहिए कि अब विष का प्रभाव नष्ट हो चुका है ।

भला जो तुलसी साप का विष दूर करने की शक्ति रखती है वह बिच्छू, भिड आदि विषैले कीडो का विष क्यो नही उतारेगी ? भिड या बिच्छू के डक पर तुलसी के पत्तो के रस मे सेंधा नमक मिलाकर रगडने मे बिच्छू का विष दूर हो जाता है ।

● त्वचा विकार—तुलसी के पत्तो का रस और नीबू बराबर वजन मिलाकर दाद, खुजली तथा अन्य त्वचा रोगो मे मालिश करने से भरसक लाभ होगा ।

● इस अर्क की यदि चेहरे पर मालिश की जाए तो चेहरे के काले धब्बे तथा छाइया दूर होकर रग निखरता है ।

● घाव को कीटाणुओ से सुरक्षित रखने के लिए तुलसी की खुश्क पत्तियो का चूर्ण छिडका जाता है ।

● इसकी पत्तियो के काढे से गदे घाव धोने से बहुत लाभ होता है ।

● तुलसी का तेल—तुलसी की पत्तियाँ, फूल, टहनी और जडें, यानि तुलसी का पूरा पौधा लेकर कूट ले । यदि यह समस्त सामग्री एक सेर हो तो आधा सेर पानी मिला दें, साथ ही आधा सेर तिल का तेल भी डालें । अब

इस घोल को धीमी-धीमी आँच पर पकाएँ। पानी जल जाने और तेल बच रहने पर मल छान लें। यह तेल सर्व प्रकार के घाव यहाँ तक कि प्रदाह के घाव तक ठीक कर देता है।

● श्वेत दागो पर भी यह तेल दिन मे दो-तीन बार लगाया करें। तेल लगाने से पहले दागो को कपडे से रगड लेना चाहिए।

● यदि खुजली के कारण शरीर पर फुसियाँ हो गई हो तो इसी तेल की मालिश करनी चाहिए।

● पेट के रोग—तुलसी की पत्तियो का रस एक तोला दैनिक प्रात. पीने से मरोड और अजीर्ण मे गुणकारी है।

● तुलसी की पत्तियो का रस कै मे लाभप्रद है।

● तुलसी की पत्तियो का रस पेट के कीडे मारता है।

● यदि बच्चे को उबकाई आती हो और किसी औषधि से बंद न होती हो तो उसे थोडे मधु मे तुलसी का रस मिलाकर देने से तुरन्त लाभ होगा। यदि बच्चे के पेट मे दर्द हो तो तुलसी और अदरक का रस बराबर वजन तनिक गरम कर बच्चे को पिलाइये, तुरन्त दर्द बन्द होगा। यदि बच्चे को इस औषधि का दैनिक उपयोग कराया जाए तो उसके पेट मे कभी कोई विकार उत्पन्न नही होगा।

यदि बच्चे को शौच साफ न होता हो या उसका पेट फूल जाता हो तो उसे तुलसी की पत्तियो का गुनगुना रस पिलाइये। इससे शौच ठीक होगा और पेट का अफारा तथा ऐसे ही अन्य विकार भी दूर होते हैं।

● जिस व्यक्ति का हाजमा कमजोर हो, दिमाग कमजोर हो, शरीर में किसी प्रकार की गर्मी अनुभव होती हो—उसे गर्मी के दिनो मे प्रातः तुलसी की पाच-सात पत्तियाँ, ात सदाने बादाम, चार छोटी इलायची और काली मिर्च—सब घोटकर दूध और मिश्री मिलाकर पिलाइये। दो-तीन दिन मे ही लाभ होगा।

ग्लो के चमत्कार

ग्लो एक प्रसिद्ध बूटी है। इसकी बेल लम्बी बढ जाती है। इसके पत्ते पान के पत्ते के समान होते हैं। यह बूटी ज्वर के लिए अक्सीर का प्रभाव रखती है, रक्तशोधक भी है।

हरी ग्लो, न बहुत मोटी न पतली, लेकर टुकडे करें और अधकुटा कर बर्तन मे आठ गुना पानी मे भिगो दें। पच्चीस घटे पश्चात अच्छी प्रकार मलें और गाद जब नीचे बैठ जाए तो हरे रग के रेशे सावधानीपूर्वक निकाल लें। फिर कुछ घटे पश्चात हरे रग का निथरा पानी सावधानी से निकाल दिया जाए। इतना ही पानी और डालें। दो-चार बार यह प्रयोग करें। जब नीचे बैठने वाला भाग साफ हो जाए तो पानी पृथक कर धूप मे सुखा लें। यही सत ग्लो है।

यह सत ग्लो दिन मे तीन-चार बार एक माशा से तीन माशा तक ताजा पानी के साथ उपयोग करना सर्व प्रकार के ज्वर के लिए लाभप्रद है।

● सत ग्लो, तबाशीर, दाना छोटी इलायची प्रत्येक एक माशा, कूजा मिश्री डेढ तोला। समस्त सामग्री का चूर्ण बनाएँ। चार से छह माशे तक प्रात व साय शर्बत बजूरी के साथ उपयोग करने से पुराना ज्वर दूर होता है।

● सत ग्लो और शक्कर बराबर वजन—दोनो मिलाकर रख लें, एक से तीन माशे तक दैनिक ताजा पानी मे उपयोग करें पित्त का ज्वर ठीक होगा।

● **मलेरिया**—ताजा ग्लो एक तोला, अजवाइन एक माशा, काली मिर्च चार दाने और एक छटाक—ठण्डाई की तरह रगडकर दैनिक प्रात सेवन करें।

● **पुराना ज्वर**—हरी ग्लो एक तोला, अजवाइन देसी छह माशे—प्रात ढाई छटाक पानी मे मिट्टी के बर्तन मे भिगोएँ। अगले दिन प्रात घोट-कर तथा छानकर थोडा शर्बत नीलोफर मिश्रित कर सेवन करें, एक सप्ताह मे पूर्ण स्वास्थ्य होगा।

● ग्लो एक तोला, लाहौरी नामक एक तोला, अजवाइन देशी छह माशे। समस्त सामग्री डेढ पाव पानी मे किसी मिट्टी के बर्तन मे भिगोकर रखें और दिन-भर इसे धूप मे पडा रहने दे। रात्रि समय ओस मे रखे। दूसरे दिन प्रात मल-छान कर पीएँ, थोडे ही दिनो मे पुराना ज्वर ठीक हो जाएगा।

● बारी का ज्वर—ग्लो की जड एक तोला का काढ बनाकर रोगी को दो-तीन बार पिलाएँ, शर्तिया बारी का ज्वर ठीक हो जाएगा। आहार · मूग की दाल और रोटी।

रक्त शोधक—हरी ग्लो एक तोला और उनाब एक तोला—दोनो को तीन छटाक पानी मे घोटकर, साफ़ करके, शर्बत उनाब तीन तोले मिलाकर प्रात सेवन करें। सर्व प्रकार के रक्त विकार मे कुछ दिनो तक उपयोग करे।

खसरा व पित्त नाशक—तीन तोले हरी ग्लो कूटकर आधा सेर पानी मे पकाएँ, आधा पाव रहने पर मलछान ले। इसमे दो तोले मधु मिलाकर निरतर एक-दो सप्ताह तक सेवन करने से पित्त तथा खसरा आदि शिकायतें दूर हो जाती हैं।

● पीलिया—एक तोला ग्लो के पत्ते पीसकर तथा गाय की छाछ मे मिलाकर, पहले तीन माशे सत् ग्लो खाए और फिर ऊपर से यह छाछ पिए। दो-तीन दिन के उपयोग से पीलिया रोग ठीक होगा। यदि रोगी को कब्ज हो तो प्रथम कब्ज की चिकित्सा की जानी चाहिए। कब्ज करने वाले आहार से परहेज करें। आहार · चावल, मूग की दाल और पालक आदि।

● गठिया—खुश्क ग्लो अच्छी प्रकार पीसकर छान लें। प्रात तीन माशे गाय के दूध से सेवन करें, गठिया रोग ठीक होने के अतिरिक्त यूरिक एसिड के लिए भी अत्यन्त गुणकारी है।

● मधुमेह—हरी ग्लो एक तोला दो छटाक पानी में घोटकर तथा छानकर प्रात सेवन करें, मधुमेह मे लाभप्रद है।

आहार दही, जितनी मात्रा मे पच सके। एक मास मे पूर्ण लाभ होगा।

● ताजा ग्लो छाँव मे सुखाकर तथा कूटकर कपड़छन करे और बरा-बर वजन देशी चीनी मिश्रित करें। छह-छह माशे प्रात व साय ताजा पानी से सेवन करे, मधुमेह के लिए प्रभावोत्पादक औषधि है।

● प्रमेह—हरी ग्लो एक तोला को तीन छटाक पानी मे घोट कर छान ले और ढाई तोले मिश्री मिलाकर छह माशा चूर्ण शतावर के साथ प्रात उपयोग करे, प्रमेह के लिए उपयोगी है।

ताजा ग्लो तीन तोले रस मे थोडी मिश्री मिलाकर दो सप्ताह तक निरतर उपयोग करने से रोग नष्ट हो जाता है।

● श्वेत प्रदर (स्त्रियो का प्रमेह)—जिन स्त्रियो को प्रमेह रोग रहता है, उन्हे प्रात श्वेत तथा दुर्गंधमय तरल पदार्थ जारी रहता है। ऐसी स्त्रियाँ वहुत कमजोर हो जाती हैं।

एक तोला चूर्ण शतावर छह माशे ग्लो के काढे से दैनिक उपयोग करें, एक-दो सप्ताह मे विल्कुल आराम हो जाएगा। कब्ज करने वाले आहार तथा खट्टे पदार्थों से परहेज करे। घी उपयोग करे।

● हिचकी—ग्लो और सोठ वरावर वजन कूट ले। इसकी नसवार देने से हिचकी वद हो जाती है।

● क़ै—हरी ग्लो दो तोले कूटकर दो सेर पानी मे उवाले, आवा सेर रहने पर मल-छन कर और मधु मिलाकर रखे। कै के रोगी को थोडा-थोडा पिलाए, कै निश्चय ही वद होगी।

● पेट के कीडे—हरी ग्लो एक तोला, काली मिर्च छह दाने, वायविडग तीन माशे। प्रात घोटकर तथा छानकर आध पाव उपयोग करें। पेट के कीडो की अक्सीर है। दूध तथा दूध के पदार्थों से एक मास तक परहेज रखे।

● खासी—हरी ग्लो एक तोला आध पाव पानी मे घोटकर तथा छानकर दो तोले मधु मिश्रित कर प्रात सेवन करे, खासी के लिए उपयोगी है।

ब्राह्मी बूटी के चमत्कार

ब्राह्मी की दो प्रकार हैं· साधारण ब्राह्मी बेल के समान होती है। इसकी टहनिया जड से निकलती हैं। दूसरी प्रकार की पौधे के समान होती है जिसकी परिधि लगभग डेढ गज होती है। बेल वाली ब्राह्मी पेड वाली ब्राह्मी से अधिक गुणकारी है। यह बूटी भारत मे पजाब से लेकर श्रीलका और सिंगापुर तक नदी नालो के निकट या सरोवर तट या आर्द्र धरती मे पायी जाती है। प्रकृति ने इस बूटी मे अद्भुत गुण भर दिए हैं, इसलिये यह निम्नलिखित रोगो में अत्यन्त सफलापूर्वक उपयोग की जा सकती है :

● मानसिक रोग—यह मस्तिष्क-बल और स्मरण-शक्ति बढाने की विशेष औषधि है। इसका उपयोग करने वाला दीर्घायु होता है।

● ब्राह्मी चूर्ण—ब्राह्मी के खुश्क पत्ते बारीक पीस लें। चार-चार रत्ती प्रात व साय दूध के साथ उपयोग करें। यदि पुराने से पुराना स्वप्नदोष व प्रमेह भी हो तो भी जड से दूर हो जाता है। यदि प्रमेह अधिक वीर्य के कारण हो तो ब्राह्मी चूर्ण दूध की बजाए पानी के साथ सेवन करें, प्रमेह, स्वप्नदोष तथा मूत्र जलन को ठीक करता है—कई बार का अनुभूत है।

● ब्राह्मी ठण्डाई—हरी ब्राह्मी के पत्ते तीन से छह माशे तक, बादाम गिरी चौदह दाने, कद्दू गिरी तीन माशे, छोटी इलायची चार दाने, काली मिर्च पाच दाने—ठण्डाई के समान घोट कर तथा इच्छानुकूल मिश्री मिला कर उपयोग करने से दिमागी गर्मी-खुश्की दूर होती है, भूख खूब बढती है, स्मरणशक्ति तेज होती है तथा मस्तिष्क को बल मिलता है और दीर्घायु होती है। यह ठण्डाई ज्येष्ठ और आषाढ मास मे दो से चार सप्ताह तक सेवन की जाती है।

● ब्राह्मी शर्बत—ब्राह्मी पत्ते चार तोले (खुश्क), बादाम गिरी चार तोले, कद्दू गिरी चार तोले, काली मिर्च एक माशा, छोटी इलायची तीन माशे। समस्त सामग्री एक सेर गुलाब अर्क मे ठण्डाई के रूप मे घोट कर छान लें। तत्पश्चात् इसमे सवा सेर चीनी मिलाकर चाशनी तैयार करें और

बोतल मे सुरक्षित रखें । मात्रा दो तोले से चार तोले तक ठण्डे पानी मे मिलाकर सेवन करे। बढी हुई दिमागी गर्मी व ताप के लिये अक्सीर है। गर्मी के दिनो मे प्यास बुझाने और ठडक पहुँचाने के लिये अचूक औषधि है।

● अर्क ब्राह्मी—ब्राह्मी खुश्क एक छटाक, बीज रहित मुनक्का एक छटाक, तुलसी की पत्तिया एक छटाक, छोटी इलायची एक छटाक, लौंग एक छटाक, शख पुष्पी आधी छटाक। समस्त सामग्री आठ गुना पानी मे चौबीस घन्टे तक भिगो रखें, तत्पश्चात् अर्क उद्धरण करें।

इस अर्क के उपयोग से रग लाल हो जाता है, आवाज निखरती है, खासी और वात की समाप्ति होती है, खुजली तथा रक्त विकार की शिकायतें ठीक हो जाती है, मस्तिष्क को बल मिलता है, भूख खूब लगती है।

भोजनोपरात उपयोग करें। मात्रा एक छटाँक।

● नेत्र-रोग—ब्राह्मी के उपयोग से दृष्टि को बल मिलता है, विशेषकर वृद्धो के लिए जिनका मस्तिष्क कमजोर हो जाने के कारण दृष्टि क्षीण हो गई हो, अत्यन्त लाभप्रद है।

● ब्राह्मी एक तोला, शखपुष्पी तीन माशे, बादाम गिरी दो तोले, चारो मगज चार तोले, गिरी धनिया (जिसका ऊपरी छिलका उतरा हो) एक तोला, त्रिफला तीन तोले, गोखरू एक तोला, सोठ एक तोला—कूट-पीस कर चूर्ण बनाए। मानसिक बलवर्द्धक तथा दृष्टि तेज करने के लिए बढिया औषधि है।

मात्रा तीन माशे दैनिक दूध के साथ। गाए के घी का इस्तेमाल भी जारी रखें।

● ब्राह्मी खुश्क और बादाम गिरी (छिलका रहित बराबर वजन काली मिर्च आठवा भाग (ब्राह्मी और बादाम गिरी दोनो को), पानी मे घोट कर तीन-तीन माशे की टिकिया बनाए, स्मरण-शक्ति तथा दृष्टि के लिए एक टिकिया दैनिक दूध के साथ उपयोग करें।

● पुरुष-रोग—ब्राह्मी के उपयोग से कई प्रकार की पौरुष-कमजोरी दूर हो जाती है। यदि ब्राह्मी के पत्ते ताजा मिलें तो अच्छा वरन् खुश्क पत्ते पानी

मे भिगोए, नरम होने पर कपडे से साफ करे ताकि पत्तो के ऊपर का पानी खुश्क हो जाए। तत्पश्चात् इन पत्तो को गाय के घी मे भूनें, सावधान रहिए कि पत्ते कही जल न जाए वरन् प्रभाव-रहित हो जाएगे। फिर निकाल कर पीस लें। यह भुनी ब्राह्मी दस तोले, बादाम गिरी पाच तोले, पिस्ता गिरी दो तोले, चारो मगज पाच तोले, चावल किशनीज पाच तोले, दाना छोटी इलायची एक तोला। समस्त सामग्री कूट कर चूर्ण बनाए।

गुण-धर्म—वीर्य को गाढा करने तथा बढाने के लिए अक्सीर है। एक माशा ताजा दूध के साथ उपयोग करें। घी का अधिक सेवन करना चाहिए ताकि खुश्की न हो।

● घी मे भुनी ब्राह्मी एक तोला, बादाम गिरी दस तोले, चारो मगज चार तोले, शखपुष्पी एक तोला। समस्त सामग्री पीस कर चूर्ण बनाएँ।

गुण-धर्म—शरीर बलवर्द्धक और वीर्यविकार नाशक है।

मात्रा तीन माशे गाय के दूध से। दूध, घी, मलाई और मक्खन अधिक सेवन करें।

● ब्राह्मी एक तोला, शखपुष्पी एक तोला, चारो मगज चार तोले, पिस्ता गिरी एक तोला। समस्त सामग्री चूर्ण करें और बराबर वजन मिश्री मिलाए। शीघ्रपात को ठीक करता है। मात्रा छह माशे, दूध के साथ।

● स्त्री-रोग—जिन स्त्रियो का दूध कम हो, पाच-छह ब्राह्मी पत्ते तथा काली मिर्चे रगडकर पिलाने से दूध अधिक हो जाता है।

यदि गर्भिणी को ब्राह्मी का रस दूध मे मिलाकर पिलाते रहे तो बच्चा स्वस्थ तथा तेजस्वी उत्पन्न होगा।

वनफ़शा के चमत्कार

वनफशा दो प्रकार का होता है—एक असली और दूसरा जगली। सुगन्धित दवाई में ऐसा वनफशा प्रयोग किया जाता है जिसका फूल नीला हो और हो।

जिस औषधि मे वनफशा लिखा हो उसका तात्पर्य फूल से ही होता है।

● जुकाम—एक तोला वनफ़शा पानी मे उबालें और मलछन कर तथा

मीठा करने के लिए बताशे डाल कर गरम-गरम दिन मे तीन-चार बार पीए, जुकाम एक दिन मे जाता रहेगा।

नोट · वनफशा बहुत अधिक न पकाना चाहिए वरन् इसका प्रभाव कम हो जाता है।

● **बलगम और पित्त**—चौदह माशे वनफशे के फूल पीस कर तथा इतनी ही चीनी मिला कर गरम पानी से फाक लें, दस्त आ कर बलगम और पित्त खारिज हो जाते हैं।

● **शर्बत वनफशा**—इसकी विधि इस प्रकार है वनफशे के फूल यदि खुश्क हो तो दो तोले और यदि ताजा हो तो पाव भर लें। इन्हें पानी मे उबाल कपडे मे छान लें। तत्पश्चात् एक सेर चीनी मिलाकर चाश्नी बनाएं।

गुण-धर्म—यह शर्बत नजला व जुकाम के लिये लाभप्रद है, मेदे की सूजन को ठीक करने के लिए उत्तम है, कब्ज खोलने का गुण भी इसी मे है। आंखो की पीडा तथा मूत्र-जलन को ठीक करता है।

● पाच छटाक फूल वनफशा आवश्यकतानुसार गुलाब अर्क मे चौबीस घन्टे तक भिगोकर पाच भाग कर लें। एक भाग को तीन सेर पानी मे उबालें, पाच छटाक पानी सूखने पर मल-छानकर इसमे दूसरा भाग डालें। जब फिर पाच छटाक पानी सूख जाय तो फिर तीसरा भाग वनफशा डाल दें। इस प्रकार जब लगभग पाच छटाक पानी रह जाए तो पाच छटाक चीनी मिला कर शर्बत की चाश्नी बना लें।

मात्रा एक से दो तोले तक दिन मे दो-तीन बार उपयोग करें। यदि खासी के लिए भी उपयोगी बनाना हो तो हर बार एक तोला मुलेठी कूट कर मिलानी चाहिए।

घीक्वार के चमत्कार

घीक्वार का पौधा भारत मे विभिन्न स्थानो पर प्रत्येक ऋतु मे पाया जाता है। इसके डठल को यदि आढा काटा जाए तो इसमे से एक स्वच्छ-श्वेत, गाढा और लेसदार तरल पदार्थ निकलता है जिसे खुश्क करके पाउडर बनाया जा सकता है। प्राय रोगो मे अक्सीर का प्रभाव रखता है।

● **नेत्र-रोग**—लुआब घीक्वार तीन माशे, अफीम एक रत्ती—घिसकर

कनपटियो पर लेप लगाना आधे सिर के दर्द के लिये अत्यन्त गुणकारी है।

● गूदा घीक्वार छह माशे, फिटकरी श्वेत चार रत्ती। अच्छी प्रकार खरल करके आख पर लेप करने से आख की लाली नष्ट होती है, और आख की चोट के लिये लाभपद है।

● लुआव घीक्वार मे तनिक पिसी फिटकरी मिलाकर रात्रि समय ओस में रखें, प्रात छान कर शीशी मे रख लें। आख की लाली, कुक्करे, धुध तथा जाले आदि मे दो बूद आंख मे टपकाना अत्यन्त लाभप्रद है।

● लुआव घीक्वार मलमल के कपडे मे छान लें। आंखो की लाली के लिए दो बूद डालें, अक्सीर है। छानने के लिये काच का वर्तन प्रयोग कीजिए।

● खांसी-दमा—लुआव घीक्वार एक तोला और पिसी सोंठ एक माशा—मिलाकर उपयोग करने से तुरन्त लाभ होता है।

● लुआव घीक्वार डेढ सेर को किसी मलमल के स्वच्छ कपडे मे खूब जोरदार हाथो मे मल कर छानें और कलईदार पतीली मे डालें। आच पर रख कर चम्मच से हिलाते रहें। आच धीमी होनी चाहिए। जब आधा सूख जाए तो लाहौरी नमक तीन तोले बारीक कर डालें, और चम्मच से हिलाते रहें। जब सारा लुआव सूख जाए तो उतार लें और ठण्डा होने पर बारीक कर रखें।

मधु मे मिलाकर दो रत्ती उपयोग करने से सर्व प्रकार की खासी तथा दमा ठीक होता है।

● जिगर विकार और तिल्ली—घीक्वार रस तीन पाव, अजवाइन एक छटाक, नौसादर दो तोले और काला नमक दो तोले—बोतल मे भर कर चार-पाच दिन धूप मे पड़ा रहने दें। दिन मे दो-तीन वार हिला देना चाहिए।

बढी हुई तिल्ली कम करने के लिए तथा जिगर और पेट की शिकायतो मे छह माशे से एक तोला तक दिन मे तीन वार दें।

● घीक्वार रस एक छटाक, पिसी हल्दी छह रत्ती—ऐसी एक-एक मात्रा प्रात. व साय पीए, जिगर और तिल्ली के लिए अत्यन्त लाभप्रद है।

● गूदा घीक्वार चार सेर किसी काच के खुले बर्तन मे डाल-कर इसमें अजवाइन दो सेर और लाहौरी नमक एक पाव डालें और छाव मे रख दें।

दिन मे दो तीन बार हिला दिया करें, जब तक कि घीक्वार का रस अजवाइन सोख न लें।

तीन से छह माशे तक यह अजवाइन गरम पानी से सेवन करना पेट-दर्द, बदहजमी, शूल, भूख न लगना तथा कब्ज आदि मे लाभप्रद है।

जोड़ों का दर्द—गूदा घीक्वार एक सेर, तीन सेर गाय के दूध मे पकाए कि खोया बन जाय। इस खोए को अब थोडे गाय के घी मे भून लें। तत्पश्चात् गेहूँ का आटा चार छटाक, बेसन चार छटाक दोनो अलग-अलग घी मे भूनें और दो सेर चीनी की चाश्नी बनाकर हलुए के समान बनाए। ऊपर से लौंग, अजवाइन दाना, बडी इलायची प्रत्येक छह माशे बारीक पीस कर छिडकें, बस हलुआ तैयार है।

मात्रा दो से पाच तोले तक दूध के साथ सेवन करें।

गुणधर्म—जोडो के पुराने दर्द और पुरानी खाँसी के लिए विशेष रूप से गुणकारी है।

उदर-रोग—घीक्वार के मोटे-मोटे डंठल लेकर दोनो ओर छीलें और दो-दो उगली के टुकडे बनाए—ये वजन मे पाच सेर हो। इनमे बारीक पिसा नमक आधा सेर मिलाकर काच के मर्तबान मे डाल अच्छी प्रकार हलाए और ढक कर दो-तीन दिन तक धूप मे पडा रहने दें। दिन मे दो-तीन बार हिला देना चाहिए। तत्पश्चात् इसमे हल्दी दस तोले, दस तोले धनिया, दस तोले श्वेत जीरा, पन्द्रह तोले काली मिर्च, छह तोले भुनी हीग, तीस तोले अजवाइन, सोठ दस तोले, पिपली साढे सात तोले, लौंग पाच तोले, दारचीनी पाच तोले, खील सुहागा पाच तोले, अकरकरा पाच तोले, काला जीरा दस तोले, दाना बडी इलायची पाँच तोले, छोटी हरड तीस तोले, सौंफ तीस तोले, राई तीस तोले बारीक पीसकर मिलाए, लेकिन छोटी हरड साबत ही डालें। कुछ दिन पश्चात् उपयोग मे लाए।

गुण-धर्म—यह अचार पेट के प्राय रोग दूर करता है। बलगम को काटता है, भूख लगाता तथा कब्ज दूर करता है। तिल्ली काटता है।

भंगरे के अनुभूत प्रयोग

भगरा एक भारतीत बूटी है जो प्राय उद्यानो, खेतो तथा पानी के निकट पाई जाती है। इसका पौधा हाथ-भर लम्बा, कभी इससे भी छोटा होता है। इसके पत्ते अनार के पत्तो के समान परन्तु तनिक चौडे तुलसी के पत्तो की भाति होते है। बीज कासनी के बीज समान परन्तु उनसे कुछ छोटे। भगरे के पत्ते स्वाद मे तनिक कडुवे तथा तेज होते हैं।

भगरे के फूल टहनियो के सगम पर लगते है। जलभगरा पानी के किनारे वर्षा ऋतु मे उत्पन्न होता है, काला भगरा खेतो मे अधिक उपजता है। भगरे की विशेष पहचान यह है कि किसी प्रकार का भी भगरा हो हथेली पर मलने से एक मिनट मे वह स्थान काला पड जाता है, श्वेत कपडे पर मलने से कपडा काला हो जाता है।

प्रकार—भगरे की तीन प्रकार है—प्रथम-काला भगरा जिसके पत्ते, टहनिया और फूल आदि सब काले होते हैं। इस प्रकार का भगरा प्राय दुर्लभ होता है।

दूसरा—श्वेत भगरा जो साधारणत नदी नालो के तट पर पाया जाता है, इसे जल-भगरा भी कहते हैं।

तीसरा—पीले फूल वाला। इसकी टहनिया हरी लेकिन तनिक पीलापन लिये होती हैं।

श्वेत भगरा निम्न रोगो मे विशेषकर लाभप्रद है

सिर-दर्द—इसके पत्ते पीसकर सिर पर लेप करने या इनका रस नाक मे टपकाने से सिरदर्द मे आराम होता है।

आँख की लाली—इसके पत्तो का रस आँख मे टपकाने से आँख की लाली दूर होती है।

कान की पीप—इसका रस कान मे टपकाने से पीप आना बन्द हो जाती है।

दन्त-पीडा—इसके पत्तो के पानी से कुल्लो करना दन्त-पीडा मे अत्यन्त गुणकारी है।

● गले के रोग—इसके पत्तो का रस शुद्ध घी मे जलाकर—खाने से आवाज तथा गला साफ होता है।

● मेदे का दर्द—इसके डेढ पाव पत्ते तनिक नमक के साथ घोटकर पीने से मेदे का दर्द, चाहे वर्ष-भर का पुराना हो, ठीक होता है।

● इसके पत्तो का रस तीन-चार बार पीने से पेट के कीडे मर जाते है।

● एक मास तक इसका रस पीने और इन दिनो दूध उपयोग करने से वीर्य बढता है।

● त्वचा रोग—सावन-भादो या किसी ऋतु मे जब हाथ-पाँव की उँगलियो के बीच का भाग गलकर त्वचा श्वेत हो जाये और इसमे से तरल पदार्थ बहने लगे तो इस स्थान पर भगरे का रस कुछ बार लगाने से शीघ्र आराम हो जाता है।

● नीला थोथा (तूतिया) जलाकर भगरे के साथ मिलाकर खुजली पर लगाने से लाभ होता है।

● श्वेत कोढ—काले भगरे के पत्तो के रस मे थोडा कपूर और चूना मिलाकर हाथ-पाँव पर मलने से श्वेत कोढ के धब्बे ठीक हो जाते हैं।

● उदर-पीड़ा—भगरे के पत्ते पीसकर और आठवां भाग लाहौरी नमक मिलाकर जगली बेर के बराबर गोलिया बनाएँ, पेट-दर्द के लिए एक गोली पानी से उपयोग करें, तुरन्त आराम होता है। पुराने दर्द के लिए कुछ दिन तक निरन्तर इन गोलियो का उपयोग करें।

● कायाकल्प चूर्ण—यदि काला भगरा उपलब्ध हो तो उत्तम वरन् श्वेत भगरे के पाचो अग यानि—जड, टहनी, फूल, पत्ते और बीज छाँव मे सुखाकर ओखली मे कूटकर लोहे की छलनी मे छानें और काँच के प्याले मे रखें। इस पर हरे भगरे का इतना रस डालें कि चार उगली ऊपर तक रहे, तत्पश्चात् छाँव मे रख दें। जब सूख जाये तो इतना ही भगरा रस और डाल कर उसी प्रकार सूखने दें। इस प्रकार अधिकाधिक इक्कीस तथा कम से कम सात बार यही क्रिया करे।

अब इस आठ तोले चूर्ण से चार तोले आँवला, दो तोले चूर्ण बहेडा और एक तोला चूर्ण हरड मिलाएँ और मीठे बादाम रोगन मे गूध कर बराबर वजन चीनी मिश्रित कर लें।

गुण-धर्म—जिस व्यक्ति के बाल असमय श्वेत हो गए हो वह छह माशे यह चूर्ण दूध के साथ उपयोग करे। एक सप्ताह पश्चात् चूर्ण की मात्रा नौ माशा से एक तोला तक कर देनी चाहिए। पूरे चालीस दिन उपयोग करने से बालो का रग बदलना आरम्भ होगा, और पौरुष-शक्ति बहुत बढ जायेगी।

● कोढ़-नाशक—भगरे का पौधा उखाड कर छाँव मे सुखाएँ और पीस कर इस चूर्ण को भगरे के रस मे सात बार सोखें और खुश्क कर चूर्ण बना ले।

मात्रा एक तोला।

नीम के चमत्कार

● बालझड़—यदि किसी कारण सिर के बाल झडने लगें, परन्तु अभी अवस्था बिगडी न हो तो नीम और बेरी के पत्तो को पानी मे उबालकर बालो को धोना चाहिए। इससे बालो का झडना रुक जाता है, बालो की कालिमा कायम रहती है और थोडे ही दिनो मे बाल खूब लम्बे होने लगते हैं, इसमे जुएँ भी मर जाती हैं।

● नेत्र-खुजली—नीम के पत्ते छाँव मे सुखा लें और किसी बर्तन मे डालकर जलाएँ। ज्योही पत्ते जल जाएँ, बर्तन का मुह ढक दें। बर्तन ठडा होने पर पत्ते निकाल कर सुरमे की तरह पीस लें। अब इस राख में नीबू का ताजा रस डालकर छह घण्टे तक खरल करें और खुश्क होने पर शीशी मे रखें। दैनिक प्रात व साय सलाई द्वारा सुरमे के समान उपयोग करें।

● आँखों का अजन—नीम के फूल छाँव मे खुश्क कर बराबर वजन कलमी शोरा मिलाकर बारीक पीस लें और कपडछन करें, अजन के रूप मे रात्रि को सोते समय सलाई द्वारा उपयोग करें, नेत्र-ज्योति बढाता है।

● कान बहना—नीम का तेल गरम कर इसमे सोलहवा भाग मोम डालें, जब पिघल जाये तो आँच पर से उतार कर इसमे आठवाँ भाग चूर्ण फिटकरी (खील) मिलाकर सुरक्षित रखें। यदि कान बहना बन्द न होता हो तो इस दवा को अवश्य आजमाएँ।

नीम का तेल नीम के फल की गिरी से निकाला जाता है। बादामरोगन निकालने वाली मशीन द्वारा निकाल लें। यदि नीम की गिरी समय पर न

मिल सके तो नीम के पत्ते कूटकर रस निकाल कर पानो समेत तेल मे जला लें। पानी जल जाने पर तेल साफ कर रख लें।

(९) कान मे घाव—यदि कान में घाव हो जाए तो बडी कठिनाई से ठीक होता है। इसके लिए निम्न नुस्खा अत्यन्त लाभप्रद सिद्ध हुआ है —

नीम के पत्तो का रस तीन माशे, शुद्ध मधु तीन माशे। दोनो मिश्रित कर तथा थोडा गर्म करके मधु दो-चार बूंदें टपकाएँ, कुछ ही दिनो मे घाव ठीक होकर स्वास्थ्य लाभ होगा।

(१०) नजला-जुकाम—नीम के पत्ते एक तोला, काली मिर्च छह माशे—दोनो नीम के डडे से कूटें और एक-एक रत्ती की गोलियाँ बनाएँ। इन गोलियो को छाँव मे सुखाकर शीशी मे रखना चाहिये।

तीन-चार गोलियाँ प्रात व साय गुनगुने पानी के साथ उपयोग करें, नजला-जुकाम के लिए उत्तम है।

(११) दन्त-मजन—नीम की निमोली एक तोला, लाहौरी नमक एक तोला, खील फिटकरी एक तोला—तीनो बारीक पीस कर मजन के रूप मे दाँतो पर मलिए, दन्त-पीडा के लिए विशेषकर लाभप्रद है, दाँत मोती के समान चमक उठते हैं।

(१२) कै—दो तोले नीम के पत्ते आध पाव पानी मे ठण्डाई के समान घोट-छान कर रोगी को पिलाएँ, सभी प्रकार की कै रुक जाती है।

(१३) पुराने दस्त—नीम के बीज की गिरी एक माशा मे थोडी चीनी मिलाकर उपयोग करने से पुराने दस्त बन्द होते हैं। आहार केवल चावल ही रखें।

(१४) बारी का ज्वर—नीम की भीतरी नरम छाल छाँव मे शुष्क कर बारीक पीस ले और एक-एक माशा पानी के साथ दिन मे तीन बार उपयोग करें। तीन दिन मे ही दवा जादू का काम करती है तथा बारी का ज्वर फिर नही होता।

(१५) नीम के पचाँग जलाकर बत्तीस गुना पानी डालकर एक घडे मे रखें और दैनिक हिलाते रहे। तीन दिन पश्चात् पानी निथार कर कपडछन करे और लोहे की कडाही मे डालकर आँच पर रखें। जब सारा जल सूख जाए

और नमक जैसा पदार्थ बाकी रह जाए (यह नीम का क्षार है) तो इसे शीशी मे सुरक्षित रख ले।

मात्रा—आधी से एक रत्ती तक। सर्व प्रकार के ज्वर, विशेषकर मलेरिया की अचूक औषधि है। दिन मे तीन-चार बार उपयोग की जा सकती है।

ज्वर-तोड—आधी छटाक नीम के हरे पत्ते और दो दाने काली मिर्च—दोनो आध पाव पानी मे घोट कर तथा छान कर पीने से बारी का ज्वर ठीक हो जाता है, यह एक अत्यन्त भरोसे की दवा है।

नीम के ताजा पत्ते एक तोला, श्वेत फिटकरी छह माशे—दोनो बारीक पीस कर पानी द्वारा चने के बराबर गोलियाँ बना लें। दैनिक तथा बारी मे चढने वाले सर्व प्रकार के ज्वर ठीक करने मे चमत्कारी है।

पुराना ज्वर—इक्कीस नीम के पत्ते और इक्कीस दाने काली मिर्च—दोनो को मलमल के कपडे मे पोटली बाँधकर आधा सेर पानी मे उबालें, जब पानी चौथाई भाग रह जाए तो उतार कर ठण्डा होने दें, प्रात व साय पिलाने मे निश्चय ही लाभ होगा।

तपेदिक का बढिया इलाज—छिलका नीम दो सेर, आँवले की जड दो सेर, पुराना गुड चार सेर, हरड, आँवला, बहेडा प्रत्येक आधा सेर, सौंफ आधा सेर और सोए आधा सेर—समस्त सामग्री मजबूत बर्तन मे बन्द कर ग्रीष्म ऋतु मे पाँच दिन और शरद् ऋतु मे बारह दिन तक किसी गरम स्थान पर—गेहूँ या भूसे मे रखे। तदपश्चात् दो बोतल अर्क निकाले।

मात्रा—पहले दिन एक तोला, दूसरे दिन डेढ तोला तथा तद्पश्चात् दो तोले तक रोजाना गुलाब अर्क के साथ पिलाएँ।

यह नुस्खा एक सन्यासी साधू से प्राप्त हुआ है।

गर्मी का ज्वर—प्राय ज्वरो मे और विशेषकर गर्मी के ज्वर मे प्यास बन्द नहीं होती। ऐसी स्थिति मे नीम की पतली टहनियाँ (पत्तो रहित) लेकर पानी मे डालें और थोडी देर पश्चात् यह पानी रोगी को पिलाएँ, तुरन्त प्यास को आराम होगा, घबराहट दूर होगी और ज्वर को लाभ होगा।

पेट के कीडे—दो तोले नीम की छाल एक सेर पानी मे पकाएँ, चौथाई भाग पानी रहने पर मल कर छानें और प्रात व साय पी लिया करें। इससे पेट के कीडे मर जाते हैं और फिर नहीं होते।

● यदि पेट मे कीडे पड जाएँ तो नीम के पत्तो का रस दो-तीन दिन पिलाए, कीडे मर कर निकल जाएँगे। तदपश्चात् दो-तीन दिन कनई का वुभा हुआ पानी पिलाएँ, दोबारा पेट मे कीडे नही पटेंगे।

● ववासीर—नीम के बीज की गिरी एक तोला, बकेन के बीज की गिरी एक तोला, रसौत एक तोला, हरड (गुठली रहित) तीन तोला—कूटकर कपडछन करे।

छह-छह माशा प्रात व साय ठण्डे दूध या पानी के साथ सेवन करें, अवश्य लाभ होगा।

● कब्ज नाशक गोलियाँ—पाँच तोले विशुद्ध रसौत, काली मिर्च दो तोले और नीम के बीज की गिरी पाच तोले—समस्त सामग्री पीसकर नीम के पत्तो के रस मे घोट लें। अच्छी प्रकार बारीक हो जाने पर काबुली चने के बराबर गोलियाँ बना लें।

एक गोली प्रात ताजा जल मे उपयोग करे तथा एक गोली पानी मे घिसकर शौच-निवृत्ति पर मस्सो पर लगाए। थोडे दिनो मे ही ववासीर से छुटकारा मिल जाएगा।

● नीम की गिरी एक छटाक, शुद्ध रसौत एक छटाक—दोनो अच्छी प्रकार कूटकर मिलाए और जगली बेर के बराबर गोलियाँ बना लें। एक गोली दैनिक प्रात पानी के साथ एक मास तक निरन्तर उपयोग करें, ववासीर को आराम होगा।

● पथरी—नीक के पत्ते जलाकर साधारण विधि मे क्षार तैयार करें—दो-दो माशे ठण्डे जल से दिन मे तीन बार उपयोग करने से गुर्दे और मूत्राशय की पथरी ठीक होती है।

● खुजली—नीम की नरम कोपलें, ढाई तोले दैनिक ठण्डाई के रूप मे घोटकर पीने से खुजली दूर होती है।

● बढिया मरहम—रक्त विकार के कारण प्राय फोडे-फुन्सियाँ निकलती रहती हैं और कई बार ये इतनी बिगड जाती हैं कि ठीक होने मे नही आती। इस प्रकार के गन्दे तथा बिगडे घाव साफ करने के लिए नीम के पत्तो की एक मरहम बनाई जाती है जो कभी असफल नही होती। विधि इस प्रकार है —

नीम के पन्द्रह तोले पत्ते बारीक कूटकर टिक्कयाँ बनाएँ और इन्हे पन्द्रह

तोले तेल सरसों, जोकि ताम्र बर्तन में इतना गरम किया हो कि तेल का धुआं उठने लगे, में डाल दो और जब टिकियां तेल में जलकर काली पड़ जाएं तो तेल आंच पर से उतार कर ठण्डा होने दें। तत्पश्चात् तेल तथा जली हुई टिकियां इकट्ठे ही घोट लें—इस प्रकार यह नीम की एक अत्यन्त बढ़िया मरहम बन जायेगी। इसके पश्चात् छह माशे कपूर पीस कर इसमें मिश्रित करें और मरहम को शीशी आदि में सुरक्षित रख लें।

● मां का दूध बन्द करना—जब किसी स्त्री का नन्हा बच्चा मर जाता है तो दूध अधिकता से निकलने लगता है। इस कारण कई बार अत्यधिक कमजोरी हो जाती है, स्तनों में भी सूजन हो जाती है। ऐसी स्थिति में नीम की गिरी पानी में घोटकर स्तनों पर लेप करने से दूध सूख जाता है और निकलना बन्द हो जाता है। सूजन भी ठीक हो जाती है।

● स्तन-घाव—दूध पिलाने वाली स्त्री के स्तनों पर कई बार सूजन होकर घाव हो जाता है। इसकी सुगम चिकित्सा यह है कि नीम के पत्ते छाया में सुखाकर किसी बर्तन में डालें और जलाएं। जल चुकने पर तत्काल ही बर्तन का मुंह ढक दीजिए। जब बर्तन ठण्डा हो जाए तो निकाल कर पीस लीजिए। अब तेल सरसों एक छटांक आंच पर खूब गरम करें। फिर नीम के पत्तों की यह आधी छटांक राख इसमें डालकर नीचे उतारें और नीम के डण्डे द्वारा एक घण्टे तक खूब घोटिए। इस मरहम से स्तन-घाव या किसी प्रकार के घाव को चुपड़कर ऊपर से नीम के पत्तों की राख डाल दीजिये, दो-तीन दिन में गहरे-से-गहरा घाव भी भरने लगेगा।

● कष्ट दायक मासिक-धर्म—प्राय: महिलाओं को मासिक-धर्म कष्ट के साथ और रुक-रुककर आता है। शारीरिक रूप में तनिक भारी स्त्रियों को यह कष्ट प्राय: ही रहता है। यदि मासिक-धर्म कष्ट के साथ जांघों में भी पीड़ा हो तो ऐसी स्त्रियों को प्राय: गर्भ भी नहीं ठहरता, ठहर भी जाए तो गर्भपात हो जाता है। इसकी चिकित्सा इस प्रकार करें

नीम के पत्तों का रस छह माशे तथा अदरक रस एक तोला—दोनों मिश्रित कर रोगिणी को पिलाएं, तुरन्त पीड़ा को आराम होगा। मासिक-धर्म की अवधि में दैनिक उपयोग करना चाहिए तथा ठण्डे और खट्टे पदार्थों से परहेज करना चाहिए। यदि स्त्री शारीरिक रूप से भारी हो तो मासिक से निवृत्ति

● खूनी थूक—थूक मे खून आता हो तो थोडे ववूल के पत्ते घोटकर प्रात व साय पिलाना अत्यन्त लाभप्रद है।

● वद-मूत्र—ववूल के पत्ते एक तोला, गोखरू एक तोला, कलमी शोरा छह माशे—पानी मे घोटकर पिलाने से रुका हुआ मूत्र तत्काल खुल जाता है।

● दिल धडकना—जिस व्यक्ति का दिल तनिक से शोर इत्यादि से धडकने लगता हो उसे सर्वदा अत्यन्त कीमती औषधियाँ उपयोग कराई जाती हैं, इसलिए निर्धनो को वडी परेशानी होती है। लीजिए एक अत्यन्त सुगम तथा मुफ्त का टोटका यहा दिया जा रहा है जोकि वडी-वडी कीमती औषधियो के वरावर प्रभाव रखता है।

ववूल के पत्ते रात भर पानी मे भिगो रखें और प्रात अर्क निकाल लें।

मात्रा पाच से दस तोले तक पीए।

● पीलिया—इस रोग मे शरीर पीला पड जाता है। पीलापन पहले आखो और फिर नाखूनो और मूत्र मे दृष्टिगोचर होता है और तत्पश्चात् सारे शरीर मे। वास्तव मे यह रोग जिगर मे पित्त और गर्मी वढने से उत्पन्न होता है जिसके कारण रक्त की रगत पीली हो जाती है।

(1) छाव मे सुखाई एक तोला ववूल की फलिया आधा सेर पानी मे ठडाई के समान घोटकर तीन तोले कूजा मिश्री मिलाकर कुछ दिन तक दैनिक पिलाने से आराम हो जाता है।

(2) छाव मे सुखाए ववूल के फूल खरल मे पीसकर वरावर वजन मिश्री या लाल शक्कर मिला लें।

छह माशा से एक तोला तक प्रात ताजा जल से सेवन करें, पीलिया वहुत शीघ्र ठीक होगा।

● सूजाक—ववूल के फूल दो तोले मिट्टी के कसोरे मे (जोकि कोरा हो) डालकर पाव भर पानी मे भिगोएँ और प्रात. मल-छान कर दो तोले कूजा मिश्री मिलाकर पिलाएँ, कुछ ही दिनो मे लाभ होगा।

● खूनी दस्त—ववूल के पत्ते एक तोला पानी मे घोटकर पिलाए, सर्व प्रकार के दस्त विशेषकर खूनी दस्त शर्तिया वद हो जाते है।

● प्रमेह व शीघ्रपात—ववूल की कोपलें छाव मे खुश्क कर वारीक

कूट लें और बराबर वजन चीनी मिलाकर पाच माशे प्रात निराहार ताजे जल से सेवन करें। यदि दस्त आते हो तो वे भी इसमे रुक जाते हैं।

लिकोरिया—बबूल की नरम कलिया जिनमे अभी बीज न पड़े हों, प्रमेह, स्वप्नदोष, शीघ्रपात तथा लिकोरिया की अत्यन्त लाभप्रद औषधि है। इन्हे छाव मे सुखाकर और कूट-छानकर चूर्ण बनाए और बराबर वजन चीनी मिलाकर प्रात निराहार दूध या ताजा जल से सात माशे उपयोग करें।

पीपल के चमत्कार

सूजाक—पीपल के वृक्ष की छाल ऐक छटाक कूटकर आधा सेर पानी मिलाकर पकाए, आधा पानी जलने पर मल-छानकर एक तोला मिश्री मिलाकर पिलाए। यदि मिश्री न मिल सके तो बिना मिश्री ही पिलाए सूजाक ठीक होगा।

गरम और कब्जियत वाले पदार्थों से परहेज करें।

दमा—पीपल के फूल छाव मे सुखाकर तथा पीसकर और बराबर वज़न देशी चीनी मिलाकर पिलाए।

मात्रा छह माशे से एक तोला। दो सप्ताह तक उपयोग करें। लाल मिर्च, तेल तथा अचार से परहेज करें।

पेट की जलन—पीपल का फल छह माशा से एक तोला तक ठडाई के रूप मे घोटकर तथा काली मिर्च मिलाकर पिलाए, पेट की जलन एक बार पिलाने से ही ठीक हो जायगी।

हिचकी—पीपल की लकडी के कोयले बनाकर पानी मे बुझाएँ और पानी रोगी को पिलाए—हिचकी तुरन्त बन्द हो जाएगी। कुछ दिन तक दिन मे दो-तीन बार पिलाना चाहिए।

हाथ पाव फटने की चिकित्सा—यदि हाथ-पाव फट जाएँ तो पीपल का दूध या रस लगाए, एक बार लगाने से ही आराम होगा।

खासी—पीपल के पत्ते छाव मे खुश्क करें और बारीक पीसकर तनिक गोद मिलाकर पानी से गोलिया बना लें। ये गोलिया मुह मे रखकर चूसने से खासी ठीक होती है।

● **पेट-दर्द**—पीपल के दो पत्ते पीसकर गुड मे लपेटकर खाने से पेट-दर्द ठीक होता है।

● **हैजा**—पीपल की छाल जलाकर ताजा जल मे बुझाए और जल को कोरे घड़े मे रखें ताकि ठडा रहे। यह जल एक-एक घंटे पश्चात् थोडा-थोडा पिलाना हैजे के लिए अक्सीर है। इससे रोगी की प्यास भी शात होती है, स्वास्थ्य भी तुरन्त सम्भल जाता है।

● **तीव्र प्यास**—पीपल का छिलका दस तोले घडे के पीने वाले जल मे डालें और यह जल पिया करें। प्यास की तीव्रता दूर होती है।

● **खूनी ववासीर**—पीपल की लकडी के अगारे वर्तन मे वद कर कोयले वनाकर वारीक पीसें।

एक-एक तोला प्रात व दोपहर तथा साय वासी जल से उपयोग करने से ववासीर का खून तो पहले या दूसरे दिन ही वद हो जाता है परन्तु दीर्घ लाभ के लिए एक दो सप्ताह अपनी शक्ति-अनुकूल दिन मे एक-दो वार इस औषधि का उपयोग करते रहे। इस औषधि से कब्जियत दूर होती है, भूख खुलती है, और ववासीर दूर होती है।

● **लिकोरिया**—पीपल का गोद वारीक पीसें और छह-छह माशे की पुडिया वना लें। दैनिक एक पुडिया प्रात ताज़ा दूध से उपयोग करने से प्रथम दो-चार दिन मे ही लाभ होगा वरन् सात-आठ दिन मे तो रोग नितात नष्ट हो जाएगा। इस चमत्कारी नुस्खे को महिलाए अवश्य आजमाए।

● **दमे की सर्वोत्तम चिकित्सा**—पीपल के पके फल छाव मे सुखाकर तीन-तीन माशे प्रात व साय ताजा जल से उपयोग करने से सर्व प्रकार का दमा दूर होता है।

● **वाझपन की अनुभूत चिकित्सा**—यह चूर्ण पिछले वर्ष एक दर्जन ऐसी वाझ स्त्रियो को, जिनके गर्भाशय की वनावट व स्थिति विकार रहित थी, मासिक धर्म आने के पश्चात् एक तोला प्रात दैनिक गाय के दूध मे दो सप्ताह तक उपयोग कराया गया—छह स्त्रियो को उसी मास गर्भ रह गया, दो को दूसरे मास और दो को तीसरे मास गर्भ रहा। यह एक ऐसी सफलता है जो प्राय सैकडो रुपये की विलायती और यूनानी औषधियो के उपयोग से भी प्राप्त नही होती।

चूर्ण पीपल का पका फल छाव मे सुखाकर चूर्ण बना ले और नौ-नौ माशा प्रात व साय गाय के गुनगुने दूध से उपयोग करें।

⊛ प्रमेह व स्वप्नदोष—उपरोक्त चूर्ण पीपल-फल प्रमेह व स्वप्नदोष की भी अचूक औषधि है। इसके अतिरिक्त यह चूर्ण अत्यन्त पाचनवर्द्धक तथा कब्जनाशक भी है।

⊛ पुराना सूजाक—आजकल पश्चिमी देशो के समान भारत मे भी सूजाक रोग बढ रहा है। नए फैशन के कारण साठ प्रतिशत युवक इसका शिकार है। निम्न नुस्खा इस रोग मे भरसक सफल रहा है

वृक्ष पीपल की छाल (जड की छाल हो तो सर्वोत्तम) एक तोला, केले का तना कूटकर तीन पाव रस निकालें और इस रस मे पीपल की छाल उबाले आधा रस रहने पर मल-छानकर तथा ठडा होने पर उपयोग करे। मूत्र-जलन जो किसी औषधि से ठीक न होती हो, इसकी दो-तीन मात्रा से दूर हो जाती है और दस-पन्द्रह दिन तक निरन्तर उपयोग करने से सूजाक नष्ट हो जाता है। परन्तु इस बीच आहार केवल दूध या दूध के चावल रहे तथा मास, अडे और दूसरे गरम पदार्थो से परहेज किया जाए और न ही स्त्री प्रसग हो।

बरगद के चमत्कार

⊛ अद्भुत उपहार—बरगद का नितात पका हुआ लाल रग का फल वृक्ष से उतारिये (धरती पर गिरा हुआ न लें तथा उसे लोहे की किसी चीज से न छुए) और किसी कपडे पर फैलाकर छाव मे सुखाइये। हवादार स्थान पर सुखाना चाहिए अन्यथा बिगड जाएगा। सूखने पर हाथो से खूब मसल लीजिए या खरल मे बारीक कीजिए और बराबर वजन कूजा मिश्री बारीक करके मिला लें।

छह-छह माशा प्रात व साय गुनगुने दूध से उपयोग करने से चेहरे का वही रग हो जाता है जो बरगद के फल का होता है।

जिन्हे शीघ्रपात की शिकायत हो उनके लिए यह चमत्कारी औषधि है। शीघ्रपात इसके उपयोग से ठीक हो जाता है। वीर्य विकार नष्ट करने के लिए यह एक अद्भुत औषधि है। वीर्य मे सतान उत्पन्न करने वाले तत्व उत्पन्न कर

गर्भ स्थित करने का इसमे गुण है। केवल वीर्य की कमजोरी के कारण जिनके यहा कमजोर सतान होती हो वे पति-पत्नी दोनो तीन-चार मास तक इस औपधि का उपयोग करें, शर्तिया बलवान, गोरे रग की सतान होगी, तथा अस्सी प्रतिशत लडका ही होगा।

● **पुरुष रोग**—अपने हाथो अपने वीर्य का सर्वनाश करके उभरते यौवन मे ही वृद्धो से भी निकृष्ट हो जाने वाले युवक या वे वृद्ध जो दोबारा जीवन और शक्ति की आवश्यकता अनुभव करते हो, दृढ निश्चय से निरतर इस नुस्खे का उपयोग करें—

बरगद की कोपलें कूटकर आधा सेर पानी मे पकाए, आध पाव पानी रहने पर इच्छानुकूल चीनी मिलाकर प्रात व साय पीए। यदि निरतर उपयोग किया जाए और सयमपूर्वक रहा जाए तो मास-भर ने ही परिवर्तन हो सकता है। स्वस्थ लोग भी इस औषधि से भरसक लाभ उठा सकते हैं। कमज़ोरी, निढालता तथा प्रमेह के रोगियो के लिए एक उपहार औषधि है।

यदि कोपलें न मिलें तो पत्ते भी काम मे लाए जा सकते हैं। सूखे पत्तो व सूखी कोपलो से भी काम ले सकते हैं। सूखे का वज़न एक समय के लिए एक तोला पर्याप्त है। यह पीने के पश्चात् जब तक खूब भूख न लगे कुछ न खाना चाहिए।

● **कायाकल्प चूर्ण**—बरगद के वृक्ष का ताज़ा और नरम छिलका छाव मे सुखाकर बारीक पीसकर कपडछन करें और इससे आधा वज़न चीनी मिलाएँ। छह-छह माशे प्रात व साय गरम दूध से सेवन करें, वीर्य बढता है तथा पहले से स्वच्छ तथा बढिया होता है। वीर्य का पतलापन तथा स्वप्नदोष आदि रोग ठीक हो जाते हैं। नया और स्वच्छ रक्त बनता है, दुबला शरीर भरने लगता है। स्मरण-शक्ति उन्नत होती है। सौ-सौ, दो-दो सौ रुपये तोला वाली औपधियो की बजाय जो लोग आयुर्वेदिक औषधि का चमत्कार देखना चाहते हो, वे इस औपधि को अवश्य आजमाए।

● **प्रमेह**—बरगद के पाच तोले पत्ते तीन सेर पानी मे उबालें, आधा सेर पानी रहने पर मधु मिलाकर प्रात व साय पीएँ, शीघ्र-पात तथा वीर्य विकार के लिए लाभप्रद है।

● **वीर्य-विकार**—बरगद की नरम व लाल कोपलें (सूखी) एक भाग और इसका लाल फल (छाव में सुखाया) दो भाग, कूजा मिश्री दोनों वस्तुओं के वज़न बराबर।

विधि बरगद की कोपलें और फल कूटकर मिश्री मिलाए और कांच के बर्तन मे रखें।

मात्रा एक तोला दैनिक प्रात. डेढ पाव गाय के दूध से तीन-चार सप्ताह तक उपयोग करें।

● **बरगद हेयर आयल**—जो लोग बाल लम्बे व घने करना चाहते हैं, या जिनके बाल कमज़ोर होकर गिरने लगे है, या श्वेत होने लगे है, वे बरगद का तेल बालो मे लगाया करें।

विधि बरगद के पत्ते पानी से धोकर कूटी-डण्डे या सिल-बट्टे से रगडकर निचोडें और रस निकालें। इस रस के बराबर वजन शुद्ध तेल सरसो मिलाकर धीमी आच पर पकाए। जब रस जलकर केवल तेल बच रहे तो उतार लें।

● **भगंदर**—बरगद के दूध मे फाया तर करके भगंदर पर लगाना चमत्कारी चिकित्सा है।

● **बच्चों के हरे दस्त**—बताशे मे एक बूद बरगद का दूध डालकर उपयोग कराए, पहली ही मात्रा से लाभ होगा। तीन दिन के उपयोग से भरसक लाभ हो जाएगा। दैनिक दो तीन-बार दें।

● **उत्तम चाय**—बरगद के प्रत्येक भाग को उबालने पर चाय जैसा रग पैदा होता है जिसमे दूध शामिल किया जा सकता है। परन्तु जो दोष साधारण चाय मे पाए जाते हैं वे इसमे नही हैं। यह चाय शक्ति व स्फूर्तिदायक है और नज़ला-जुकाम की एक बढिया औषधि है।

बरगद की नरम कोपलें जो स्वत वृक्ष से गिर पडती हैं, या बरगद के नरम पत्ते तथा नरम दाढी आदि का उपयोग अत्यन्त उपयुक्त है, इसलिए उचित है कि इनकी ऋतु में इन्हे इकट्ठा करके छांव में सुखा लिया जाए और किसी डिब्बे मे सुरक्षित रखा जाए।

● **अक्सीर लिकोरिया**—वरगद की दाढी चार सेर कूटकर पानी में रात्रि-भर भिगोए। प्रात पाच तोले रसौत मिलाकर धीमी आच पर पकाए। एक सेर पानी रहने पर उतारे और मल-छानकर रखें। थोडी देर इसी प्रकार पडा रहने दें, फिर निथारकर दोबारा आच पर चढाए और सुखाकर चने के बराबर गोलिया बना लें।

एक गोली दैनिक ताजा जल से उपयोग करे। इलाज कम-से-कम एक सप्ताह तक करना चाहिए।

● **हिचकी**—एक तोला वरगद का सूखा छिलका आधा सेर पानी मे पकाएँ, आधा पाव पानी रहने पर छानें और एक तोला सेंधा नमक मिलाकर प्रात. व साय सेवन करने से हिचकी बद होती है।

● **फुलवैरी**—बीस तोले मैथीलेटिड स्पिरिट मे एक तोला हल्दी कूटकर डाले और बोतल भली प्रकार बद कर तथा हिलाकर रख दें। बारह घटे पश्चात् स्पिरिट निथारकर पृथक कर लें और गाद फेंक दें। इस पीले रग की स्पिरिट मे पाँच तोले वरगद का दूध कपडछन करके मिलाए और दिन मे दो-चार बार रुई द्वारा फुलवैरी के धब्बो पर लगाते रहें।

● **मूत्र मे खून आना**—वरगद के दो तोला ताजा पत्ते आध पाव पानी मे रगड और छानकर प्रात व साय पीने से मूत्र में खून आना वन्द हो जाता है।

● **माँ का दूध बढ़ाने की विधि**—वरगद के पके फल वारीक पीसकर कपडछन करें।

एक-एक तोला प्रात व साय गरम दूध से उपयोग करने से स्तनों मे बच्चे के लिए पर्याप्त दूध उत्पन्न हो जाता है।

● **खुजली**—वरगद के आधा सेर पत्ते कूटकर चार सेर पानी मे रात्रि-भर भिगो रखें। प्रात पकाएँ, एक सेर पानी रहने पर मलछान कर तथा ठडा होने पर इसमे आधा सेर सरसो का तेल मिलाएँ और दोबारा आच पर रखे। जब पानी जलकर केवल तेल बच रहे तब छान लें।

इस तेल की मालिश से खुश्क व तर खुजली दूर होती है।

● **हैजे की चिकित्सा**—वरगद के ताजा पत्ते दो तोला, लौंग सात

दाने। दोनो को आध पाव पानी मे घोटकर तथा छानकर आधे-आधे घंटे की अवधि मे उस समय तक पिलाते रहे जब तक कि लाभ न हो जाए।

लौंग के बिना भी बरगद के पत्ते इस प्रकार उपयोग करना लाभप्रद है।

● **खूनी बवासीर**—बरगद के ताज़ा पत्ते दो तोला आध पाव पानी मे घोट और छानकर प्रात व साय उपयोग करना खूनी बवासीर मे लाभप्रद है। खून का आना तो इसकी एक-दो मात्रा से ही बन्द हो जाता है, कुछ समय तक निरतर इसका उपयोग बवासीर को बिल्कुल ठीक कर देता है।

सरस के चमत्कार

● **सिर-दर्द व नजला**—सरस के बीज कूट कर कपडछन करें और तनिक-सा नसवार के रूप मे जोर से सूघे ताकि मस्तिष्क तक चढ जाए, इससे छीके आएँगी और नज़ले का रुका हुआ गन्दा द्रव्य बह कर सिर का भारीपन ठीक हो जाएगा।

● **दत-पीडा**—यदि दात मे पीडा हो तो सरस के बीज और काली मिर्च बराबर वजन पीसकर दातो पर मजन के रूप मे मले, पीडा को तुरन्त आराम होगा।

● **खूनी बवासीर**—सरस के बीज की गिरी कूट कर एक-एक माशा प्रात व साय बासी जल से उपयोग करें, बवासीर का खून कुछ ही दिनो मे बन्द हो जाएगा। कब्ज करने वाले तथा तेज पदार्थो से परहेज रखें।

● **पेट के कीडे**—यदि पेट मे कीडे हो तो चार सेर सरस के पत्तो मे छह सेर पानी मिला कर दो आतिशा अर्क निकालें। आधी छटाक यह अर्क दैनिक उपयोग करने से पेट के कीडे मर कर बाहर निकल जाते हैं। यह अर्क रक्त-शोधक भी है, खुजली और रक्तपित्त आदि को ठीक करता है।

● **वीर्य-पौष्टिक**—सरस के बीज की गिरी तीन तोले, लाल शक्कर छह तोले। दोनो बारीक कर नौ-नौ माशा दैनिक गाय के दूध से प्रात व साय उपयोग करें, वीर्य अत्यन्त गाढा हो जाएगा।

एरण्ड के चमत्कार

● **सुखद प्रसव**—एरण्ड के एक तोला सूखे पत्ते आधा सेर पानी मे उबाले, आध पाव रहने पर छानें और एक तोला गाय का घी तथा एक तोला गुड मिलाकर गरम-गरम पिलाएँ, प्रसव शीघ्र और कष्टरहित होगा।

● **अक्सीर हैजा**—एरण्ड के एक तोला सूखे पत्ते और दो माशे काली मिर्च आध पाव पानी मे घोटकर तथा छानकर दो माशे नमक मिलाकर रोगी को पन्द्रह-पन्द्रह मिनट की अवधि मे एक-एक तोला उपयोग कराएँ, अत्यन्त गुणकारी प्रमाणित होता है।

● **अक्सीर भगदर**—पाँच माशा एरण्ड के सूखे पत्ते पीसकर प्रात व साय पानी से उपयोग करें।

● **अक्सीर फुवबैरी**—छह-छह माशा एरण्ड के सूखे पत्ते पानी मे घोट कर प्रात' व साय लेप करने मे फुलबैरी दूर होती है।

● **मानसिक-बल वर्द्धक**—एरण्ड के ताजा पत्ते कूट कर आधा सेर रस निकालें। इसमे एक सेर गाय का घी डालकर धीमी आच पर पकाएँ। जब एरण्ड-रस जल जाए और केवल घी बच रहे, आच से उतार लें और ठण्डा होने पर छान कर शीशी मे रखे।

प्रात व साय यह एक तोला घी गाय के गर्म दूध मे डालकर उपयोग करें, मानसिक कमजोरी के लिए लाभप्रद है।

● **कमजोर मूत्राशय**—यदि मूत्राशय कमजोर हो या अधिक मूत्र आता हो तथा रात्रि समय सोते मे मूत्र निकल जाता हो तो चार-चार माशा प्रात व साय एरण्ड के पिसे पत्ते पानी से उपयोग करना अत्यन्त गुणकारी है।

● **प्लेग**—छह-छह माशा एरण्ड के पत्ते बारीक पीसकर प्रात, दोपहर और साय गरम दूध से उपयोग करना प्लेग के लिए लाभप्रद है।

● **पाचन-वर्द्धक**—एरण्ड के सूखे पत्ते पाँच तोला और चीनी दस तोला—दोनो बारीक पीसकर कपडछन करें। दोनो समय भोजनोपरांत छह-छह माशा सेवन करना खट्टी डकारें और अजीर्ण दूर करता है।

● नींद की अधिकता—यदि नींद अधिक आती हो तो गूण्ड के सूखे पत्ते बारीक पीसें, चार-चार माशे प्रात व साय पानी मे सेवन करें, नींद अधिक नही आएगी ।

असगंध के चमत्कार

यह एक प्रसिद्ध बूटी है। इसके एक इच से दो इच तक लम्बे तथा चौथाई इच मोटे टुकडे बाजार मे सुगमता से उपलब्ध है। आयुर्वेद मे इसे रसायन कहा गया है। स्वाद मे कडवी, भूख लगाने और बल देने वाली बूटी है।

● रक्त-शोधक चूर्ण—असगध और चोबचीनी दोनो बराबर वजन कूट-चूर्ण बनाएँ। मात्रा मधु मे छह माशा मिलाकर चटाएं।

गुण धर्म—रक्त विकार दूर कर बहुत शीघ्र रक्त साफ करता है। रक्त विकार से उत्पन्न रोग, दाद, चबल और खुजली आदि के लिए अत्यन्त गुण-कारी है। रक्त-शोधक के लिए कब्ज नही रहनी चाहिए, और यह चूर्ण कब्ज-नाशक भी है।

● कूल्हे का दर्द—चूर्ण असगध नागोरी मे इच्छानुकूल शक्कर और गाय का घी मिलाएँ और रोगी को एक तोला दैनिक चटाए, कुछ दिन के उपयोग मे कूल्हे का दर्द ठीक हो जाएगा।

● पत्थरी—निम्न नुस्खा पत्थरी को घुलाकर मूत्र रूप मे खारिज कर देता है।

असगध नागोरी की जड कूट-पीस कर चूर्ण बनाएँ और रोगी को छाछ के साथ नौ माशे सेवन कराएँ, थोडे ही दिनो मे पत्थरी खारिज हो जाएगी।

● चमत्कारी रसायन—यह रसायन न केवल प्रमेह मे ही गुणकारी है, बल्कि शीघ्रपात, स्वप्नदोष और मूत्र का बार-बार आना, हृदय का धडकना और मालीखोलिया तथा अन्य बहुत-से रोगो के लिए भी अक्सीर है।

नुस्खा—असगध नागोरी कूट कर चूर्ण बनाएं और बराबर वजन चीनी मिलाकर रख लें।

सेवन-विधि—छह ग्राम दैनिक प्रात ठण्डे पानी से चालीस दिन तक सेवन करने पर इसका चमत्कारी प्रभाव प्रकट होगा, अत्यन्त अद्भुत औषधि है।

● **कब्ज नाशक**—नजला-जुकाम की तरह कब्ज अनेक रोगो की माँ है। इसके कारण सैकडो दूसरे रोग रोगी को दबोच लेते है, इसलिए शीघ्रातिशीघ्र छुटकारा पाना चाहिए। इसके लिए निम्न नुस्खा उपयोग मे लाना लाभप्रद होगा—

असगंध नागौरी कूट-पीस कर चूर्ण बनाएँ और दैनिक रात्रि को सोते समय गाय के दूध से तीन माशा सेवन करने मे प्रात शौच ठीक होगा और कब्ज जाती रहेगी।

पान चिकित्सा

● **गले पड़ना**—गरम भोजन करने के साथ ठडा पानी पीने से प्राय
यह विकार हो जाता है। व्यस्को की अपेक्षा बच्चों को यह अधिक होता है।
निम्न उपचार करना गुणकारी है—

रात्रि को सोते समय पान मे एक माशा चूर्ण मुलेठी रखकर कुछ समय
चबाते रहने के पश्चात् वैसे ही मुँह मे रखे सो जाएँ, प्रात तक आराम हो
जाएगा, एक चमत्कारी वस्तु है। पत्ते गर्म

● **पुरानी खासी**—यदि पुरानी खासी हो तो पान के दो-चार
करके और गुनगुने तेल से चुपड कर गले पर बाँध दीजिए।

● **अंडकोष विकार**—अडकोषो मे पानी उतर आए तो प्रारम्भ मे चार-
पाँच पान (बगला पान उत्तम है) गरम कर तीन-चार दिन तक निरन्तर
बाँधने से पानी सोखने मे सहायक होता है। पान बाँधने से अडकोषो मे गर्मी
और सूजन हुआ करती है। यदि यह गर्मी और सूजन असहनीय हो तो एक-
दो दिन बपान धना ही काफी होगा, परन्तु निरन्तर बाधते रहे जब तक कि
अडकोषो का पानी बिल्कुल सूख न जाए। यदि अडकोष सूज जाएँ और उनमे
पीडा हो तो ऐसी स्थिति मे गुनगुना पान बाधने से लाभ होगा।

● **पसली का दर्द**—बच्चो को जुकाम हो, सास खीचकर आने लगे
तथा छाती और पसलियो मे दर्द होने लगे तो पान गुनगुने तेल मे चुपडकर
दर्द के स्थान पर रखें, ऊपर से कुछ पान गरम करके रख दें और पट्टी बाँधें।

इसके अतिरिक्त थोड़े पान तथा तनिक नमक पानी में उबालकर बच्चे को पिलाएँ, अत्यन्त लाभप्रद है।

● अफारा—यदि पेट फूल जाए और साथ ही दर्द भी हो तो उपरोक्त विधि से पान बांधना गुणकारी है। गले का दर्द और सूजन भी पान बांधने से ठीक हो जाते हैं।

● पान का रस निकाल कर आंखों में टपकाने से रात्रि समय दिखाई न देने की शिकायत दूर होती है तथा पान का रस छह-छह माशे पिलाने से ज्वर उतर जाता है।

चमत्कारी टोटके

● गुर्दे का दर्द—कबूतर की बीठ का श्वेत भाग पृथक करके शीशी में रखें, गुर्दे के दर्द के लिए अक्सीर है।

दो रत्ती गरम पानी से उपयोग करें, पाँच मिनट में ही तड़पते रोगी को शांति मिलेगी।

● तिल्ली तोड़—कल्लर आम बंजर भूमि में भरसक उपलब्ध है, इसे प्रायः बेकार वस्तु समझा जाता है, परन्तु आइये हम बताएँ कि यही कल्लर तिल्ली बढ़ जाने में अक्सीर है! पन्द्रह ग्राम कल्लर एक कप पानी में रात्रि समय भिगोएँ, प्रातः निथार कर पी लें। एक सप्ताह में पूर्ण लाभ होगा। आयु अनुसार मात्रा कम या अधिक की जा सकती है।

● जले घाव की चमत्कारी मरहम—पचास ग्राम मक्खन को कम-से-कम इक्कीस बार पानी में धोएँ और पच्चीस ग्राम श्वेत राल बारीक पीस कर इसमें मिलाएँ और लेप कर दें, तुरन्त ठण्डक पड़ जाएगी तथा कुछ दिनों में घाव भी भर जाएगा।

● नाक का घाव—कई बार नाक के भीतर घाव होकर बहुत कष्ट होता है। यहाँ एक अचूक औषधि का नुस्खा दिया जा रहा है। बनाकर प्रकृति का चमत्कार देखें—

शुद्ध मोम आठ ग्राम, तेल तिल पन्द्रह ग्राम। पहले तिल का तेल चम्मच आदि में डालकर धीमी आँच पर रखें और अच्छी तरह गरम होने पर मोम

डाल दें, थोडी देर मे मोम बिल्कुल पिघल जाएगी। अब आंच पर से नीचे उतार कर किसी डिबिया आदि मे रख लें और आवश्यकता पडने पर दोनो समय घाव पर लगाते रहे।

● **मुंह के छाले**—चार ग्राम श्वेत जीरा मुंह मे डालकर चबाएँ। जब अच्छी तरह चबा लिया जाए तो एक ग्राम लाल कत्था भी मुंह मे डाल लें—दोनो को खूब चबाएँ, मुंह लुआब से भर जाएगा। छालो पर यह लुआब जिह्वा द्वारा फिरायें और थोडे समय पश्चात थूक दें, पहली बार ही यह उपयोग करते मे काफी लाभ होगा।

● **मरोड़**—छिलका इस्पगोल एक चम्मच-भर, सौंफ आधा ग्राम, शक्कर आधा चम्मच (मरोड मे आंव अधिक हो तो इस्पगोल और मिश्री प्रत्येक पन्द्रह ग्राम) अच्छी प्रकार मिश्रित कर ऐसी एक-एक मात्रा दिन मे तीन-चार बार लेनी चाहिए।

● **बिच्छू काटे पर**—पोटाशियम परमेगनेट (कुओ मे डाली जाने वाली लाल रग की दवा) सत् नीबू—दोनो पृथक्-पृथक् रखें।

बिच्छू काटे पर एक चावल-भर दवा डालकर उतना ही पिसा सत् नीबू डाल दें, फिर इसके ऊपर पानी की एक बूद डालें। दवा लगते ही रोता-चिल्लाता व्यक्ति भला-चगा हो जाता है, अनुभूत प्रयोग है।

● **जुकाम**—श्वेत जीरा पन्द्रह ग्राम पोटली मे बांधकर आधा किलो दूध मे उबालें, दो तीन उफान के पश्चात् पोटली निकाल दे, और दूध गरम-गरम ही मिश्री मिलाकर पिलाएं। आधे से अधिक जुकाम को एक ही दिन मे लाभ होगा, केवल तीन दिन पिलाने से जुकाम भाग जाएगा।

● **सौ रोग एक दवा**—यह दवा अगणित रोगो की सफल चिकित्सा है। बच्चो या बडो के दस्त, कै, अजीर्ण, तिल्ली, वायुगोला, उदर पीडा, मितली तथा खट्टे डकार आदि सब कष्टो मे गुणकारी है—

तीस ग्राम गुड थोडे पानी मे घोल कर छान लें। अब इसे बडी-सी स्वच्छ बोतल मे डालकर बोतल को सौफ या पोदीना या अजवाईन अर्क से भर दें।

बच्चो को तीन ग्राम, वयस्को को पन्द्रह ग्राम—चार गुना पानी डालकर उपयोग करवाएँ।

कब्ज—रोगों की जननी

यह तो सभी कोई मानता है कि अधिकतर रोग पेट की खराबी से उत्पन्न होते हैं। यदि पेट ठीक रहे तो कोई रोग शरीर में उत्पन्न ही न हो। पेट की खराबी में सबसे भयंकर कब्ज है। यदि यह भी कह दिया जाय कि कब्ज ही सब रोगों की जननी है तो भी अनुचित नहीं होगा। सभी स्वास्थ्य एवं प्रसन्न रहना चाहते हैं। कोई कब्ज का शिकार बनना नहीं चाहता पर कब्ज हो जाता है। कब्ज से फिर अनेक छोटे मोटे और भयंकर रोग भी शरीर में उत्पन्न हो जाते हैं। कब्ज होने का कोई एक कारण नहीं है। कई कारणों से कब्ज होता है। यदि उन्हें दूर कर दिया जाय तो कब्ज भी अवश्य दूर हो जायगा। पर इन कारणों को दूर करने में हम लापरवाही दिखाते हैं और कब्ज बना रहता है और उसके साथ-साथ उसके परिवार के अन्य रोग भी शरीर में टिके रहते हैं। यदि हम स्वस्थ रहना चाहते हैं और चाहते हैं कि हमारे शरीर में कब्ज न रहे तथा कोई भी रोग हमें न सताये तो हमें सचेष्ट रहकर उन कारणों को दूर करना होगा जिनसे कब्ज होता है। कब्ज को दूर करते ही कब्ज से उत्पन्न होने वाले रोग भी स्वयमेव दूर हो जायेंगे।

कब्ज क्यों होता है ?

कब्ज होने के कई कारण हैं। इनमें मुख्य हैं—(1) भोजन ठीक न होना। (2) पानी की कमी। (3) व्यायाम ना करना। (4) चिन्ता क्रोध। (5) हानिकर औषधि प्रयोग। (6) झूठी शान, उपवास।

भोजन—हमारे शरीर को स्वस्थ रखने के लिए जो भोजन चाहिये वह हम नहीं करते। भोजन सादा होना चाहिये। तली हुई गरिष्ट वस्तुएँ, मिर्च, मसाले, छौंक दी हुई सब्जियाँ, अधिक देर तक पकाई हुई सब्जिया हमारे शरीर के अनुकूल नहीं हैं। हम यदि लगातार कई दिन तक हलवा, पूरी, पराठे आदि खाते रहें तो उसका परिणाम यह होता है कि हमारे शरीर की मशीनरी को एक तो अधिक श्रम करना पड़ेगा उस गरिष्ठ भोजन को पचाने में। सादे भोजन की अपेक्षा गरिष्ठ और तले तलाये भोजन को पचाने में शरीर को अधिक श्रम करना पड़ता है। दूसरी तली हुई वस्तुओं की चिकनाई आंतों के

किनारो पर लग जाती है। फिर और कुछ वस्तु जो हम खाते है उसका कुछ भाग उन चिकनी दीवारो मे चिपक जाता हैं। 2-4 दिन मे उसमे सडान उत्पन्न हो जाती है जो खट्टी डकार, गैस आदि के रूप मे प्रकट होती है। इसी मे कब्ज की उत्पत्ति होती है। कुछ दिन और इधर ध्यान न दिया जाय तो भयकर रोग शरीर मे उत्पन्न हो जाते हैं जैसे खाँसी बाद मे दमा या टी० बी०।

आजकल शुद्ध चीज बाजार मे नही मिल पाती। अधिक पैसा देने पर भी शुद्ध चीजो का मिलना दुर्लभ हो रहा है। अत मिलावट की चीजे खाते रहने से भी शरीर मे हानिप्रद तत्व एकत्र होते रहते हैं और शरीर को दूषित करते है। शरीर की मशीनरी अधिक श्रम करने से थक जाती हैं। कमजोर पड जाती है। पूरा भोजन पचाने मे असमर्थ हो जाती है। परन्तु हम इसका ध्यान किये बिना ही कि पहले किया हुआ भोजन पचा या नही, हम और भोजन कर लेते हैं।। मशीनरी जो पहले का भोजन भी नही पचा पाई है, उसे और भोजन पचाने के लिए मिल जाता है। मशीनरी पहला बचा भोजन छोडकर नया भोजन पचाने मे लग जाती है और उसका भी यही हाल होता है कि उसका एक अश बिना पचा हुआ रहता है और हम फिर खा लेते हैं। इस प्रकार हमारे शरीर की आँतें जो भोजन छोड़ देती हैं वह इक्ट्ठा होता रहता है। कुछ ही समय बाद वह सडने लगता है। सडने मे जो गैस उत्पन्न होती है वह अपान वायु द्वारा बाहर निकलती है। परन्तु यदि उसका बहाव नीचे की बजाय ऊपर को हो जाय तो फिर वह खट्टी डकार, गैस आदि के रूप मे बाहर निकलती है। इनके अलावा यदि वह हृदय की ओर चल पडे तो हृदय रोग (Heart Disease) हो जाता है। हृदय पर प्रभाव पडने को हार्ट अटैक—हार्ट-फेल आदि और भी भयकर रोग होते हैं। यदि वह किसी अन्य स्थान की ओर चल पडे तो दाद, खुजली, फोडा, फुसी, ऐक्ज़ीमा आदि चर्म-रोग के रूप मे बाहर निकलती है। हमारा शरीर इस प्रकार का बना है कि वह हर समय विजातीय द्रवो को शरीर से बाहर निकालता रहता है। स्वस्थ होने के लिए स्वय चेष्टा करता रहता है। यदि हम उसे ठीक ढग से काम करने दें, उसके कार्य मे बाधा न डालकर सहयोग दें तो भयकर से भयकर रोग बहुत शीघ्र दूर हो सकता है।

हमारे शरीर की बनावट के अनुसार ही हमारे शरीर को भोजन मिलना चाहिये । हमे खाने के लिए नही जीना बल्कि जीने के लिए खाना है । अत वही भोजन करिये जो हमारे शरीर के उपयुक्त हो । हमारा शरीर क्षार तत्वो से बना है । उसे क्षार तत्व ही मिलने चाहिये । अम्ल तत्व उसे हानि पहुँचाते हैं। क्षार तत्वो मे—फल, सब्जी, अति पत्तेदार सब्जिया, चोकर समेत आटे की रोटिया हाथ से कुटे चावल आदि आते हैं । अम्ल वाले पदार्थ हैं—चिकनाई वाले, मिर्च मसाले से भरपूर, मैदा की बनी वस्तुए, तली हुई वस्तुएँ आदि । अत हमे भोजन मे पत्ती वाली सब्जियाँ तथा फल अधिक लेने चाहियें । यदि आपने किसी कारण से लगातार कई दिन तक गरिष्ठ भोजन किया हो, पूरी-पराठे उडाये भी हो तो उसके बाद अपने भोजन मे लगातार पत्तीदार सब्जियाँ खाइए। ये सब्जिया रेशेदार होती है अत इनका काम होगा आँतो के किनारो पर चिपकी हुई चिकनाई को साफ करना । इन किनारो पर जो कुछ चिपक गया होगा वह भी दूर हो जायेगा और गैस, डकार आदि बन्द हो जायगी । परन्तु आजकल के नवयुवक इस साधारण पालक, बथुवा, मेथी, चौलाई, मूली, गाजर, शलजम आदि को हेय दृष्टि से देखते है दवाइयो मे सैकडो रुपये बर्बाद कर देते हैं पर इन सस्ती साग पात की औषधि को नही अपनाते । कब्ज को दूर करने के लिए गाजर, टमाटर, पालक, शलजम, धनिया, अदरक गर्म कर पानी मे भुना जीरा नमक मिलाकर 3-4बार पीजिये।

जो कुछ भी हम खाएँ चबाकर खाएँ । यदि हम यह नियम बना ले कि हम प्रति ग्रास को खूब चबा-चबाकर खायेंगे तो यह भी आपको स्वस्थ रहने मे पूर्ण सहयोग देगा । आँतो के दांत नही हैं, यदि आप भोजन को जल्दी मे बिना चबाये ही निगल जाते है तो आँतो को उसे पचाने मे अधिक श्रम करना पडेगा और वह इस कारण से कमजोर पडती चली जायेंगी । शरीर के प्रत्येक अग को काम करना चाहिये । काम न करने वाला अग निकम्मा हो जाता है । इसी प्रकार यदि आप चबा-चबा कर न खायेंगे तो दातो का व्यायाम नही होगा और व्यायाम के के अभावा दाँत खराब हो सकते हैं, सड सकते है, उनमे रोग पैदा हो सकता है । अत खूब चबा-चबाकर खायें ।

जो भी वस्तु हम खाना चाहते है, पहले उसके बारे मे यह सोच ले कि यह हमारे शरीर के लिए हानिकर तो नही है । जो वस्तु शरीर को हानि

पहुँचाने वाली हो उसे बिल्कुल ग्रहण न करें। शरीर को लाभ पहुँचाने वाली वस्तुओं मे सबसे बढ़िया चीज है—कच्ची साग-सब्जी, फल, कच्चा अनाज। साग सब्जी कच्चा खाया जाय तो बहुत ही लाभदायक है। कच्ची सब्जी खाई जा सकती है। उनमे विटामिन भी बहुत होते हैं। प्रकृति आवश्यकतानुसार उसे पका भी देती है। नमक, चीनी, खटाई, कड़वाहट आदि जिन चीजो की भी आवश्यकता होती है, प्रकृति पूर्ण रूप से उनमे सन्निहित कर देती है। हमे उसी रूप मे उसे खाना चाहिये तभी हमे स्वास्थ्य के लिए उत्तम वस्तु प्राप्त हो सकती है। पर हम ऐसा नही करते हम उसे पका कर खाते हैं। पहले सब्जी को छीलने से सब्जी का सत्यानाश ही हो जाता है। इन छिलको मे पर्याप्त मात्रा मे विटामिन होते हैं। छीलने के बाद सब्जी को काट कर धो डालते हैं। इससे बहुत से सब्जी के भीतर के विटामिन पानी के साथ दूर हो जाते हैं। अत सब्जी के काटने से पहले ही अच्छी प्रकार धो लेनी चाहिये। इसके बाद घी-तेल गर्म करते हैं उनमे मसाले मिर्च, खटाई आदि डालते हैं। अब उस कटी हुई सब्जी को उसमे डाल देते हैं। थोडी देर उसे खूब अच्छी तरह इधर-उधर चलाते हैं। इससे जो बचे-खुचे विटामिन रह भी गये थे वे भी जल कर राख हो जाते हैं। खाते समय हम केवल सब्जी का फोक खाते है उनमे विटामिन आदि तो रह नही जाते। स्वाद आता है वह मिर्च-मसालो का आता है। अत. यदि कच्चे खाने की सुविधा न भी हो तो सब्जी को धोकर काटें, उबलते पानी मे डालकर ढक दें और दस मिनट मे उसे उतार दें। पानी पर्याप्त मात्रा मे हो बस सब्जी तैयार है। सूखी सब्जी देर से पचती है। यदि चाहें तो थोडा नमक, नीबू, भुना जीरा ऊपर से डाल लेवें। यदि न भी डालें तो दो चार दिन मे यही उबाली सब्जी आपको अति स्वादिष्ट लगने लगेगी। आप देखते ही हैं कि कोई भी पक्षी या जानवर पकाकर भोजन नहीं खाता और हमसे अधिक स्वस्थ रहता है।

अनाज के बारे मे कहना यह है कि रात के समय गेहू, चना, मूग, मोठ आदि को भिगो दें। सवेरे उसे पानी मे से निकाल कर गीले कपड़े मे रखें। दूसरे दिन उसमे अकुर निकल आयेंगे। इस अकुरित चना, गेहू, मूग, मोठ मे विटामिनों की सख्या कई गुना बढ़ जाती है। इन अकुरित अनाजो को खूब

चबा चबा कर खायें। चबाकर खाने से दात मजबूत रहेंगे, आतो को व्यर्थ का श्रम नही करना पडेगा, भोजन शीघ्र पाचन होकर शरीर को स्वस्थ बनायेगा। भोजन भी कम लगेगा। चबाकर खाया हुआ भोजन कम खाया जाता है। पकाने मे जो समय लगता है वह बचेगा, धुवा से वायु दूपित होता है, वह बचेगा, ईंधन, कोयला, मिट्टी का तेल आदि जिम पर भी भोजन बनाया जाता है उसकी बचत होगी।

पानी की कमी

शरीर को स्वस्थ बनाने के लिए पानी की पर्याप्त मात्रा शरीर मे होनी चाहिये। आप प्रतिदिन कम-से-कम 2-3 किलो पानी पीजिये। कब्ज को दूर भगाने के लिए प्रात काल उठिये 2-3 गिलास पानी पीजिये। कमरे मे इधर-उधर कुछ देर घूमिये, फिर शौच के लिए जाइये। आपको शौच खुलकर आयेगा।

व्यायाम

शरीर को स्वस्थ रखने के लिए व्यायाम करना बहुत आवश्यक है। किमी ने ठीक कहा है—"औपधि नाहि व्यायाम समाना तनिक न व्यय और लाभ महानो। इसी प्रकार उर्दू मे—"दवा कोई वरजिश से बेहतर नही, यह नुस्खा है कम खर्च बाज़ा नशी। कब्ज के रोग मे भी कई प्रकार के व्यायाम हैं। सबसे बढिया सवेरे उठकर शोच होकर सुविधा, हो तो नहाकर भी, जगल की खुली हवा मे टहलने के लिए चले जाइये। 3-4 मील टहल आइए। जगल की शुद्ध वायु मे गहरे लम्बे साँस लीजिये, छोडिये इससे आपकी आयु भी लम्बी होगी, स्वास्थ्य भी मिलेगा। यदि दौड सकें तो घूमने जाते समय दौडते हुए जाइए। शरीर की सामर्थ्य के अनुसार दौड लगाइए। आसनो मे पश्चिमोत्तान, सर्वांग, शीर्पासन, मयूरासन, कुक्कुरासन, मत्स्यासन नौली क्रिया आदि कब्ज तोडने मे पूर्ण सहायक हैं।

चिन्ता-क्रोध

चिन्ता के बारे मे प्रत्येक स्त्री-पुरुप जानता है कि चिन्ता करना ठीक नही हैं। पर चिन्ता की नही जाती अपने आप हो जाती हैं। परिस्थितियो के साथ-साथ चिन्ता लगी रहती है। फिर भी चिन्ता के बारे मे यह सोचकर

कि चिन्ता करने से कोई समस्या का हल तो होता नही बल्कि चिन्ता से बुद्धि भ्रष्ट हो जाती है जिससे समस्या और उलझ जाती है। इसके साथ-साथ आन्तरिक आँतो, तथा नस-नाड़ियो पर दुष्प्रभाव पडता है। वे सिकुड जाती हैं, कार्य करना कम कर देती है और शरीर का सन्तुलन बिगड जाता है।

यही दशा क्रोध की है। क्रोध के समय खाया हुआ भोजन विष-तुल्य हो जाता है। क्रोध के समय शरीर की पाचन-क्रिया बिगड जाती है और शरीर मे से कुछ ऐसा पदार्थ निकलता है जो भोजन को विष बना देता है। अत भोजन करते समय क्रोध नहीं करना चाहिये। यदि क्रोध आया हुआ हो तो भोजन नहीं करना चाहिये। भोजन के समय मन प्रसन्न होना चाहिये और आसन पर सीधे बैठकर भोजन करना चाहिये इससे खाया हुआ भोजन उचित रीति मे पचकर शरीर का पोषण करता है। विपरीत दशा मे विष बन कर हानि पहुँचाता है। कब्ज, फोडे-फुसी, बहरापन, सर-दर्द, नेत्र-ज्योति कम होना आदि रोग उभरते हैं। इसलिए चिन्ता और क्रोध को अपना शत्रु समझ कर इनसे दूर रहने मे ही अपनी भलाई समझनी चाहिये।

औषधि प्रयोग के बारे मे यहाँ तक देखा गया है कि लोग जरा-जरा सी बात पर औषधि लेते हैं। जरा कुछ कष्ट हुआ कि दौड़कर डाक्टर वैद्यो के पास जाते हैं और दवा खाते हैं। इससे जहाँ पैसे का दुरुपयोग होता है, वहा शरीर का भी सत्यानाश होता है। बीमारी चाहे कोई भी हो आपकी शत्रु नही है। उसे शत्रु न समझ कर मित्र समझना चाहिये। बीमारी तो हमे चेतावनी देती है कि तुम्हारे शरीर मे विजातीय द्रव्य इक्ट्ठा हो गया है, उसे दूर करो। यदि इस चेतावनी के द्वारा हम अपने को ठीक कर लेते है तो उत्तम है पर यदि हम चेतावनी की तरफ ध्यान न देकर पेट को ठीक नही करते तो बीमारी बढ जाती है। यह दूसरी चेतावनी है। इसके साथ-साथ अन्य बीमारियाँ भी झाकने लगती हैं। इतने पर ही न चेता गया तो बीमारी बढकर असाध्य रोग का रूप धारण कर लेती हैं और शीघ्र ही जीवन नष्ट हो जाता है। यदि बीमारी होते ही हम चेत जायें तो हम बच सकते हैं। बीमारी का लक्षण प्रकट होते ही भोजन की ओर ध्यान दीजिये। कैसा भोजन आप कर रहे हैं। यदि 1-2 समय भोजन न किया जाय तो शरीर का नाडी-मडल

शरीर को धो-धाकर ठीक करने मे लग जायेगा। आप स्वस्थ हो जायेंगे इसी प्रकार कब्ज होने पर दीखिए कि आप कैसा भोजन कर रहे है। यदि पूरी-पराठे, तली चीजें, सूखी सब्जी, आदि मिर्च मसालो से युक्त खा रहे हो तो 0-2 समय खाना बन्द कर दीजिये या—मौसम के अनुसार मिलने वाली पत्तेदार सब्जियो का भरपूर प्रयोग कीजिये। आप स्वस्थ रहेगे।

एनिमा—शरीर की सफाई के लिए एनिमा लेना अच्छा है। एनिमा से पेट साफ हो जाता है। बहुत बार कुछ मल इस प्रकार आंतो मे चिपका होता है कि वह बाहर आता ही नही। अन्दर चिपका पडा रहता है और सडता रहता है। उसे हटाने मे भी एनिमा सहारा देता है। यदि आपको कब्ज नही है, कोई और रोग भी नही है, तो भी आप महीने मे यदि एनिमा ले लेते हैं तो कोई खराबी नही है। वैसे आवश्यकतानुसार, कब्ज हो पेट मे गडबड हो, तो महीने मे 3-4 बार भी और अधिक खराबी होने पर रोज भी एनिमा कई दिन तक लिया जा सकता है, और आप देखेंगे कि एनिमा से कुछ लाभ ही हुआ है हानि नही।

इसके अलावा मिट्टी का प्रयोग भी कब्ज तोडने के प्रयोग मे लाइये। कुछ खर्चा तो है नही। साफ मिट्टी लीजिये। न खूब चिकनी हो और न बिल्कुल बालू रेत ही। मिट्टी को जैसे आटा गूंदते है वैसे गूंद लीजिये। रात को सोते समय मिट्टी को पेडू पर रख दीजिये और एक पट्टी लेकर उसे बाँध दीजिये। आधा पौने घण्टे बाद पट्टी हटा दीजिये। यह भी कब्ज तोडने मे आपकी काफी सहायता करेगी।

प्रारम्भिक शब्द

दीर्घ काल पूर्व मैंने चिकित्सा सम्बन्धी एक पत्रिका का प्रकाशन प्रारम्भ किया था, जिसे ईश्वर कृपा से सर्व साधारण ने अत्यधिक पसन्द किया था। स्वाभाविक बात है कि जब किसी वस्तु का आदर होने लगे, तो उसका साहस बढ़ जाता है, अस्तु मैंने उसके अनेक विशेषाङ्क भी प्रकाशित किए। जिनमे से एक विशेषाङ्क मलेरिया भी था। चूंकि युद्ध काल में कुनैन आदि विदेशी औषधिया अप्राप्य हो जाती हैं, उस समय जन कल्याण के लिए यह पुस्तक परम उपयोगी सिद्ध होती है। इस पुस्तक मे सर्वत्र प्राप्य द्रव्यों से ही इस दुष्ट व्यापक रोग।

मलेरिया (मौसमी ज्वर)

रोग—की चिकित्सा के उपाय बताए गए हैं। सम्भवत इसी कारण इस पुस्तक को हाथों हाथ ले लिया गया। जब पुन. मलेरिया का जोर और कुनेन की दुष्प्राप्यता का सङ्कट आया, तो मे० देहाती फार्मेसो के सहयोग से यह पुस्तक पुन प्रकाशित हुई और इसने देश की एक भारी आवश्यकता की पूर्ति की। अब पुस्तक आपके भी हाथ मे है, पढने से इसकी उपयोगिता का स्वत अनुमान हो जायगा। ईश्वर आवश्यकता के समय आपको सफलता प्रदान करे, यही मेरी कामना है।

—लेखक

मलेरिया के कारण

वर्षा काल मे जहां सर्प आदि विषैले जन्तुओं से सहस्त्रों प्राणों का नाश होता है, वहां उसके बाद मच्छर चारों ओर मलेरिया की न बुझने वाली अग्नि भड़काते हैं, यहां तक कि कोई भी मनुष्य नहीं बचता। नगरो, देहातों, कस्बों, मकानों, और वायुमण्डल मे ऐसा कोई स्थान नहीं, जहां ललकार कर आक्रमण करने वाला यह वीर सिपाही उपस्थित न हो, इस घातक जानवर का भोजन विविध वनस्पतियां है, और वनस्पतियों में ऐसे विषैले तत्व भी होते है, जोकि यदि मनुष्य के रक्त मे प्रविष्ट कर दिये जाय, तो उसे दूषित करके इसे ज्वर ग्रस्त कर देते है। इस ऋतु मे अन्य वनस्पतियों के अतिरिक्त विशेष कर चौलाई और विषखपरा इस जीव की रुचि प्रिय खाद्य है, इन दोनों मे अन्य वनस्पतियों की अपेक्षा मलेरिया उत्पादक तत्व अधिक मात्रा में है। जो मच्छर उनपर निर्वाह करते हैं, निस्सन्देह ही उनके काटने से मलेरिया उत्पादक तत्व रक्त में प्रविष्ट हो जाता है। यद्यपि इस ऋतु में मच्छर पशुओं को भी काटते है, किन्तु एक तो खाल मोटी होने, दूसरे उनके विष को शमन करने वाला अणाद तत्व भी उनके शरीर में रहता है, इसलिए उनपर इनका जादू नहीं चलता। मच्छर का भोजन इनके अतिरिक्त खून भी है। जब यह रक्त चूसने के लिए मनुष्य

को काटता है, तो यह विषैला तत्व दंश द्वारा रक्त मे प्रविष्ट होकर मलेरिया का कारण वन जाता है, और रक्त प्रवाह के साथ सारे शरीर मे फैलकर ऊष्मा पैदा कर देता है। यह ऊष्मा वढ़ जाने पर हृदय भी उससे पीडित होकर उष्ण हो जाता है, और उसके तापग्रस्त होते ही सारा शरीर तपने लगता है, वस यही ज्वर होता है।

लक्षण—इसके लक्षण विभिन्न होते हैं, कभी ज्वर से पूर्व शरीर टूटता है, कभी सर्दी लगती है और फिर ज्वर हो जाता है। कभी ज्वर नित्य प्रति वारी से आता है, पीठ या पांव की ओर से सर्दी लगती है। ज्वर की उष्णता अति तीव्र होकर पसीना आकर ज्वर उतर जाता है ज्वर की दशा मे वेचैनी, प्यास, वमन, अतिसार, सिर पींड़ा और मुंह का स्वाद कड़ुवा रहता है। प्रारम्भ मे शीत व कम्प वहुत होता है, और ज्यों २ समय व्यतीत होता जाता है कम्प कम होता है, कभी एक दिन वारी लम्वी और हल्की रहती है, और कभी ज्वर तीव्र और अवधि कम होती है अस्तु लक्षणों से प्रकट है कि यह कोई नया ज्वर नहीं, वरन् विपम ज्वर की ही एक किस्म है। जिसकी विविध दशाएं हैं, आम तौर पर जिसे मलेरिया कहा जाता है, उसी का दूसरा नाम मौसमी ज्वर है। इसकी विशेष पहिचान यह है—यदि एक से अधिक गिव मिल जाती हैं, तो प्रति दिन वारी आती है अन्यथा तीसरे दिन, जिसे तिजारी ज्वर कहते हैं। प्रारम्भ मे पीठ या पाव की ओर से सरदी लगती है, कम्प तीव्र होता है, शरीर शीघ्र ही उष्ण हो जाता है और उष्णता

ति तीव्र होती है। नाडी प्रारम्भ मे कमजोर होती है, थोड़ी
र बाद तेज हो जाती है। ज्वर की अधिकाधिक अवधि १४
एटे होती है। कभी वमन, ज्वरातिसार या अर्क के कारण चार
ारी के बाद ज्वर स्वत ही नष्ट हो जाता है। क्योंकि तबियत
ख़ुद ही वमन, अतिसार आदि के द्वारा दूपित तत्व निकाल देती
है। ज्वर उतरते समय पसीना बहुत आता है। यदि ज्वर दशा
मे पानी पिया जाय. तो जलोदर हो जाता है। बेचेनी, प्यास,
वमन, अतिसार और सिर पीडा हो जाती है मुह का स्वाद तीखा
होता ह, डाक्टर उसकी सारी अन्य किस्मों को भी मलेरिया ही
समझते हैं। चूकि इसके अनेक भेद आयुर्वेदिक ग्रन्थों मे लिखे
हैं, जिनमें कुछ का तत्व केवल पित्तज होता है और किसी २
का कफ सहित। किन्तु फिर भी चूकि आधार सब का एक ही
होता है, अब, इसकी किस्मों की सही पहिचान तनिक दुष्कर है।
यही कारण है कि डाक्टरों की मलेरिया के लिए अक्सीर 'कुनैन'
भी किन्हीं दशाओं मे सफल नहीं होती। यह श्रेय तो यूनानी
व आयुर्वेद चिकित्सा के प्राचीन विषज्ञों को ही प्राप्त है कि
जिन्होंने लक्षणों और नाडी गतियों पर इस के विविध भेद
ज्ञात किए और उनके लिए पृथक २ चिकित्सा निश्चित की।
अस्तु कुछेक ऐसे रोगी हमारे भी देखने में आए, जो कि माह
कार्तिक मे प्लीहावृद्धि आदि रोगों में ग्रस्त हो गए थे, किन्तु
डाक्टर इसे भी मलेरिया कहते थे।

मलेरिया से बचने के उपाय

चूंकि वनस्पतियों के विषैले तत्व, जो कि मच्छरों के द्वारा रक्त में प्रविष्ट होकर मलेरिया का कारण बनते हैं, अस्तु उससे बचने के लिए दो उपाय हैं—पहिला यह कि मकान के अन्दर या आस पास गन्दगी बिल्कुल न रहने दें ताकि मच्छर बढने न पाएं। मकानों की नालियां साफ रहनी चाहिए। मकान के आस पास कूडे कर्कट और गन्दगी के ढेर न हों, ताकि मच्छरों की उत्पत्ति मे कमी हो। पानी के गड्ढों में तनिक मिट्टी का तेल डाल दिया करें, ताकि मच्छर अण्डे न देने पाए। रात के समय मकान मे गूगल और लोभान का धुआ करना चाहिए, ताकि, मच्छर न ठहरें। गधक का धुआं यद्यपि अधिक प्रभावक है, किन्तु प्रतिश्याय (जुकाम व नजला) उत्पन्न करता है। कपूर को तेल में मिलाकर बदन पर मलने से भी मच्छर नहीं काटता रात को मसहरी का प्रयोग करना चाहिए।

चिकित्सा—यदि विषखपरे का रस निकालकर एक उबाल दें और थोडी देर छोड़ें, ताकि हरियाली तह मे बैठ जाय, फिर छान कर लाल शक्कर मिला लें और २ तोले मलेरिया के रोगी को पिलाएं, बस उसी दिन मलेरिया का अन्त है। विरेचन इस ज्वर मे तीव्र होना चाहिए। उत्तम विरेचन घुड़चढ़ी है, लेकिन कुछ कोमल स्वभाव वाले कष्ट अनुभव करते हैं, अत. हरे भंगरे का रस ५ तोले, पानी ५ तोले मिलाकर रोगी को पिलाएं तत्पश्चात् बिही दाना का मीठा रस मिश्री मिलाकर दें।

आध घण्टे बाद हल्का खाना यथा सागूदाना, दूध चावल आदि दें। आशका रस भी लाभप्रद है। ज्वर के दिन विरेचन देना चाहिए केवल कागजी नीबू का रस, अनार का रस, बिही दाना का रस, नारगी का रस आदि मीठा करके पिलाएं। यदि वमन होने को हो, तो दूषित तत्व को वमन द्वारा निकालने का प्रयास करें। किन्तु यदि दुर्बलता प्रतीत हो, तो तत्काल रोक दें। यदि पसीना निकले, तो दूषित तत्व पसीने द्वारा निकालने का प्रयास करें इसके लिए निम्न गोलियां भी बडी प्रभावक हैं—

योग— फिटकरी श्वेत, कलमी शोरा, ६-६ माशे तिब्बाशीर ३ माशे सखिया १ माशा, शुद्ध कपूर १ माशा, सबको हरे तुलसी दल के पानी मे घोंट कर १२८ गोलियां बनाएं। एक गोली प्रात काल शर्बत नीलोफर के साथ दें। एक ज्वरागयम से आधा घंटा पूर्व दें। भोजन में केवल गाय का दूध दें।

अन्य— करञ्जुआ की गिरी ६ माशा, काली मिर्च ११ नग, अतीस छिली हुई ४ माशा, फिटकरी ४ माशा, छोटी इलायची के दाने ३ माशे तिब्बाशीर ३ माशा समुद्र फल ४ माशा, सबको सूक्ष्म पीसकर चूर्ण बनालें। ५ माशा बादयान के अर्क के साथ और शर्बत नीलोफर क्रमश. ५ तोला व २ तोला के साथ दें। एक दिन पूर्व जुलाब देकर तबियत को हल्का कर लेना चाहिए। इससे अतिशीघ्र लाभ होता है।

अन्य- -श्रावणी के मौसम मे ज्वार और कपास की फसल मे औरत की नाक की लौंग की भाति फूल की एक बूटी होती है, लगभग एक गज ऊची, पत्तों का स्वाद तीखा, सर्व साधारण

इसे लौंग बूटी कहते हैं। हल्दो भी इसी का नाम है। इसके १ तोले हरे पत्ते लेकर २१ नग काली मिर्च के साथ कूटकर तीन गोलियाँ करलें और ज्वरागमन से पूर्व आधा २ घंटे के अन्तर से दें। यदि ज्वर के कारण सर्दी अधिक प्रतीत हो रही हो, तो अजवायन खुरासानी ४ रत्ती पीसकर शहद मिलाकर दें और कपड़ा उठा दें। यदि ज्वर अति तीव्र हो तो कद्दू दराज से से हाथ पाव की मालिश उंगलियों की ओर से कराए। यदि प्यास अधिक हो, तो कागजी नीबू की शिकजीवन पिलाए, परम लाभदायक है।

अन्य —ज्वर से एक घंटा पूर्व पीपल की शाख की तीन दांतुने बिना पानी की सहायता के देर तक करे।

कोमल प्रकृति वालों व बच्चों के जुलाब के लिए निम्न गोलियां सेवन कराएं—

योग——सबर जर्द ४ तोले को तीन दिन तक गुलाब के रस में भिगों रखें। चौथे दिन छान कर साफ करें और मन्द आंच पर अर्क को सुखावें। फिर सिकमोनियां भुना हुआ ४ माशे, तुरबद साफ किया हुआ ६ मा०, रुब्बे उलसूस ५ मा०, कतीरा ६ मा०, रूमी मस्तगी ३ मा०, रेवन्द उसारा १ मा०, बारीक पीसकर छोटी २ गोलियां बना लें और बादाम के तेल से तर करलें। दस वर्ष के बच्चों को २ या ३, बड़ों को ५ गोलियां बादयान के अर्क (यानी सौंफ ५ तोला, अर्क मकोय, ५ तोला) के साथ दें। तत्पश्चात् बिही दाना का रस दें। भोजन नरम दें।

मलेरिया तथा उसके उपसर्ग

मलेरिया के भेद

मलेरिया एक विशेप प्रकार के विपैले कीटाणु के रक्त मे प्रविष्ट हो जाने से उत्पन्न होता है। इसकी प्रमुख दो किस्में हैं—(१) नौवती (२) स्थायी।

नौवती ज्वर वह है, जो किसी विशेप समय पर तीव्र होकर कुछ कालोपरान्त स्वत ही उतर जाता है. और उतर जाने पर रोगी अपने को पूर्ण स्वस्थ समझता है, किन्तु निश्चित समय पर ज्वर पुन. चढ जाता है।

स्थायी ज्वर वह है, जो विल्कुल नहीं उतरता। हां प्रातः या सायंकाल कुछ हल्का हो जाता है। यहा हम दोनों भेदों का पृथक २ वर्णन करते है।

नौवती ज्वर

इसे सर्व साधारण वारी का ज्वर कहते हैं। यह कई प्रकार का होता है, कोई ज्वर प्रातः साय दोवार घेरा करता है, कोई दिन मे एक वार। कोई एक दिन का नागा देकर चढ़ता है, जिसे तीजा या तिजारी कहते हैं। कोई दो दिन का नागा देकर चढ़ता है, जिसे चौथिया कहते हैं। कोई इससे भी अधिक का नागा देता है। हर प्रकार के नौवती ज्वर चढ़ने से पूर्व रोगी को

सर्दी प्रतीत होती है, किसी को जोर से कपकंपी आती है, रोगी को घबराहट और कष्ट होता है, जब सर्दी कम हो जाती है, तो शरीर गर्म हो जाता है। सारे शरीर मे जलन और बेचेनी होती है अन्त मे पसीना आकर ज्वर उतर जाता है। नौबती ज्वर मे मे अनेक उपसर्ग उत्पन्न हो जाते है। यहां पृथक् २ उनका वर्णन और निवारक उपाय लिखे जाते हैं :—

ज्वर का आरम्भ—पहिले सुस्ती, आलस्य और अङ्ग टूटन होती है, फिर शरीर के रोंगटे खडे हो जाते हैं और सर्दी प्रतीत होने लगती है। जिसका कारण यह है कि रक्त बाहर से अन्दर की ओर सञ्चारित होता है, चूंकि शरीर की ऊष्मा रक्त-प्रवाह से सम्बन्धित है, अस्तु जिस अग मे रक्त एकत्रित होता है यथा हृदय, फेफडे, प्लीहा, मस्तिष्क, आमाशय, यकृत आदि मे इसी प्रकार के लक्षण प्रकट होते हैं। शेष शरीर ठंडा होकर कांपने लगता है। दांत बजते है, रोगी सिकुड़ कर बिस्तर मे लिपट जाता है। जब हृदय मे रक्त एकत्रित होता है तो हृदय को घोर कष्ट होता है, फेफड़ों मे होने पर उसकी श्वास गति बढ़ जाती है। प्लीहा मे रक्त इकट्ठा होने से उसमे पीड़ा होने लगती है, यदि मस्तिष्क मे हो, तो सिर बोझिल सा लगता है, या मूर्च्छा हो जाती है। आमाशय और यकृत मे रक्त सञ्चय होने से जी मिचलाता है, वमन होती है, इस दशा मे निम्न उपायों से काम लेना चाहिए।

कम्प—जब सर्दी प्रतीत होने लगे, तो तेज गरम पानी, या तेज गरम दूध थोडा २ करके पीयें। इससे कम्प कम हो जायगा गर्म दूध पीने के विधि यह है कि एक छटांक गरम दूध और ३ छटाक गर्म पानी मिला कर एक दो बार मे पीना चाहिए।

२—तेज गरम पानी की बोतलें भरकर दोनों बगलों मे रख लें। आमाशय के स्थान पर सेकें। हथेलियों, तलुवों और पिण्डलियों को इसी प्रकार सेकें। यदि बोतलें न मिलें, तो अनेर गरम करके कपडे मे लपेट कर इन्हीं स्थानों पर सेंक करें। या कढ़ाई मे रेत गरम करके कपडे मे पोटलिया बांध कर यथा विधि सेकें।

—एक नग पोस्त, तीन नग लौंग, १ मा० चाय, आध सेर पानी मे उबालें, जब आध पाव बचे, तो छानकर गरम २ पिलाए।

२. हृदय की बेचैनी—(१) मीठा अनार शर्बत बर्फ में ठडा कर के पिलायें।

(२) सन्दल को घिस कर कपड़े पर बर्फ मिला कर हृदय स्थल पर लगायें।

(३) खमीरा सन्दल ७ मा० खिलाकर ऊपर से शीराज़रशाक खुरफा के बीज, कशनेज खुश्क प्रत्येक तीन माशे, अर्क बेदमुश्क मे निकाल कर पिलादें।

३. मूर्च्छा—(१) सेक की क्रिया यथाविधि प्रयोग करे।

(२) रोगी के सिर पर पतला कपडा सिरका व रोगन गुल में तर करके वार २ रखें या बर्फ थोडी देर तक लगावें।

(३) ठंडा पानी रोगी के माथे व मुंह पर जोर से छिडकें।

(४) जजवील का चूर्ण हाथ में लगा कर रोगी की पिंडलियों को जोर २ से नीचे की ओर मालिश करें।

४. सिर-पीड़ा—यदि नेत्र लाल न हों, और रोगी सिर को हिलाने से भी भारी पन अनुभव न करे तो उसका कारण कोष्टवद्धता होती है। किसी मृदु विरेचक या कोष्ट शोधक औषधि यथा गुलकद निर्बीज मुनक्का शीरखुश्त आदि दें। यदि नेत्र लाल और सिर वोझिल हो तो वाल करवाकर सिरका और गुलाव मे कपड़ा तर करके सर पर रखें और पंखा झलते रहें। जव कपडा शुष्क हो जाय, तो पुनः तर करके रखें।

सिर पीडा के लिये निम्न औषधियां सेवन करें

(१) कशनीज १ तो०, सन्दल, काहू प्रत्येक ६ मा०, कपूर १ मा०, पानी मे पीस कर माथे और सर पर लेप करें।

(२) कपूर सिरका तुन्द मे घोल कर ठंडा पानी मिला कर उस मे कपड़ा तर करके वार २ सिर पर रखें।

(३) यदि पीडा तीव्र और आंखें लाल हों, तो गर्दन पर एक पलस्तर और दोनों पिंडलियों पर दो पलस्तर करें।

(४) यदि रोगी सशक्त हो तो कनपटियों पर दो जोकें लगवादें ।

५. वमन और मितली—चूंकि कै से प्राय: पीले रग का कडुवा पानी निकलता है, इसलिए इसे प्रारम्भ में वन्द न करना चाहिए, अपितु गम पानी मे नमक मिलाकर पिलावें, ताकि कै खुल कर आ जावे । फिर भी यदि वन्द न हो तो निम्न उपायों से काम ले ।

(१) जहर मुहराखताई ६ मा०, अर्क केवड़ा ५ तो०, मे घिसकर उसमे इलायची छोटी ४ नग, तवाशीर १ माशा मिलावें और मीठे अनार का शर्वत तीन तोले ठडे पानी मे मिलाकर १-१ घूंट आध घटे के अन्तर से मिलावें ।

(२) ६ मा० गिलोय को १॥ पाव पानी मे उवालें । जव आध पाव रह जाय, तो ६ मा० शहद मिला कर दो तीन वार पिलावें ।

(३) सोडावाईकार्व २० ग्रेन, एसिड टारटरिक १५ ग्रेन, पृथक २ ठण्डे पानी में घोल कर मिलावें और गरम गरम पी जायें ।

(४) पीपल की छाल के कोयले जला कर पानी मे डालें और यह पानी छान कर थोड़ा २ पिलावें ।

(५) आमाशय पर वर्फ की थैली या राई का लेप लगाए ।

६. तृपा (प्यास)—थोडा २ ठडा पानी पिलावें या वर्फ के टुकडे चुसाए और निम्न औषधियां सेवन कराए :—

(१) नींबू की शिकंजी मे मे गुलाबजल मिला कर बर्फ से ठण्डा करके पिलाए।

(२) इमली या आलूबुखारा का रस बर्फ डालकर पिलाए।

( ) कशनीज, मथान, पित्तपापडा समपरिमाण जौकुट करके १ तोला को . पाव पानी मे उबालें। जब एक पाव रह जाय तो साफ करके ठंडा करें, और रोगी को पिलायें।

(४) गाय का कच्चा दूध नस्यवत नाक से खीचें।

७. मूर्च्छावस्था—कभी बजाय कम्प के रोगी को, प्रायः बच्चों को मूर्च्छावस्था सी हो जाती है, उसके लिए यथासम्भव कब्ज दूर करने की चेष्टा करें। कपूर की डली रोगी की नाक से लगा कर फूंक मारें। कुछेक मिनट ऐसा करने से आराम हो जायगा।

८. पेचिश—कम्प के कारण यकायक रक्त के आंतों मे इकट्ठा हो जाने से पेचिश हो जाती है। उसके लिए निम्न विधियों से काम लें :—

(१) कोकनार ४ मा०, जंजबील ६ मा०, बादियान, कतीरा, ईशबगोल, नीम जला हुआ १-१ तोले। ईसबगोल के अतिरिक्त औषधियों को सूक्ष्म पीस कर ईसबगोल मिलावें।

मात्रा—१ मा० बीदाना के ३ मा० रस के साथ।

(२) बेलगिरी ७ मा०, खश, कशनीज, नागरमोथा, नेत्र बाला प्रत्येक १ मा०, उबाल कर प्रात. साय पिलायें।

(३) हलीला स्याह २ तो०, अजवायन खुरासानी १ तो०, कुन्दर ३ मा०, पीसकर ईसबगोल के साथ ज्वार के दाने के बराबर गोलियां बनाए।

मात्रा—२ गोलियाँ ईसबगोल के रस के साथ या बीहदाना के रस के साथ।

९. खांसी—फेफड़ों मे रक्त सचय के कारण यह कष्ट उत्पन्न होता है, इसके निवारणार्थ निम्न योग सेवन कराए।

(१) बनफशा ६ मा०, मुलहटी छिली हुई, अलसी के बीज, बीहदाना, बांसा, खूबकला, गिलोय, प्रत्येक ३ मा०, उन्नाव ३ दाना, आध सेर पानी मे उबालें। जब आध पाव रह जाए, तो साफ करके २ तो० शहद मिलाकर दिन मे दो बार समोष्ण पिलायें।

(२) समग अर्बी, कतीरा, कमला के बीज, निशास्ता, शकर तेगान, रुब्बेउलसूस, खशखश, समपरिमाण बीहदाना के रस मे छोटी २ गोलियाँ बनालें और मुंह मे रखकर चूसें।

१०. जलन—कभी २ ज्वर की तीव्रता से शरीर मे जलन और बेचैनी होती है, निम्न उपाय प्रयोग मे लावें।

(१) एक पाव तेज सिरका मे तीन पाव पानी मिलावें। इस में साफ कपड़ा तर करके तनिक निचोड कर रोगी का मुंह पूछ दें। दो तीन बार ऐसा करने से आराम हो जाता है।

(२) मस्कागाव सौ बार पानी से धोकर शरीर पर मालिश करें।

(३) आंवले के रस मे कपड़ा तर करके दो,तीन बार शरीर पोछें।

११. हिचकी—निम्न उपाय हिचकी रोकने के लिए वड़े ही काम के हैं:—

(१) सेंधा नमक सूक्ष्म पीस कर पानी मे घोल कर नस्य दें।

(२) मघपीपल, आंवला, जजवील, दालचीनी समपरिमाण चूर्ण करके शहद मे मिलाकर थोडा २ चटायें।

(३) श्वेत सन्दल स्त्री के दूध मे घिस कर नस्य लें।

१२. अनिद्रा—नींद लाने के लिए उपाय ये हैं—

(१) थोड़ी सी अफीम पानी में घिस कर कनपटी पर लगा दें।

(२) खशखश व कद्दू के तेल की सर पर मालिश करें और तनिक सा दोनों कानों मे टपकावें।

(३) नीलोफर, कद्दू के वीज, खुरफा के वीज, सफेद सदल प्रत्येक तीन माशे, कपूर १ मा०, अफीम, केशर, प्रत्येक ½ मा० पीसकर गुलाव का तेल १ तोला, हरी केशनीज का रस २ तो०, सिरका ६ मा० मिलाकर सिर के तालू पर लेप करें।

ज्वर की चिकित्सा

चूंकि नोवती ज्वर की दो दवाए होती हैं, अत इस की चिकित्सा भी दो प्रकार की औषधियों से की जाती है।

ज्वर निवारक औषधियां—इस दशा में ऐसी औषधियों सेवन कराई जाती हैं, जिनसे शरीर की गर्मी कम हो जाय। और यह तीन तरह से सम्भव है—प्रथम प्रस्वेदक अर्थात् पानी न लाने वाली दवाएं, दूसरी पेशाव लाने वाली दवायें, तीसरी दस्त लाने वाली दवाए। किन्तु इन मे रोगी को दुर्बल न होने देने का ध्यान रखना चाहिए। यहां कुछेक औषधियां अंकित की जाती हैं।

(१) वनफशा के फूल, गिलोय, कशनीज, बादियान, प्रत्येक ६ मा०, खूबकला ३ मा०, निर्बीज मुनक्का ६ नग, आध सेर पानी मे उबालें। जब एक पाव रह जाय, तो मलकर छान लें और मिश्री ३ तो० मिलाकर नीम गरम पिलाए।

(२) ज्वर निवारक अर्क—खूबकला १ तोला, चिरायता, नीम की छाल, प्रत्येक २ तो०, डेढ़ सेर पानी मे उबाल दें। जब तीन पाव शेष रह जाय, तो साफ करके बोतल मे डालें और उसमें गंधक का तेजाब ४ बूंद मिलावें। प्रात साय ५-- तोला पिलावें। फीवर मिक्शचर से उत्तम है।

(३) कलमी शोरा, नौशादर प्रत्येक २ तोला, क्षीर मदार १ तो०, शोरा और नौशादर को सूक्ष्म पीसकर तवे पर रखें और क्षीर मदार ४ तो० डाल दें। जब मदार का दूध शोषण हो जाय, तो थोडा और डालदें और लोहे की सींक से हिलाते रहें। जब सारा दूध समाप्त हो जाय, और धुवां निकलना बन्द हो जाय, तो उतार कर सूक्ष्म पीसलें। पुनः १० मिनट तक तेज आंच पर

रखें, इसके बाद पीसकर शीशी में रखलें। आवश्यकता के समय ३ रत्ती दवा २ रत्ती सफेद खांड मिलाकर ठंडे पानी के साथ खिलादें। ज्वर तत्क्षण उतर जायगा। नचेत् दूसरे दिन पुन दें।

ज्वर की बारी रोकने वाली दवाएं

(१) ताजा तुलसीदल, काली मिर्च समपरिमाण खरल करके रत्ती ७ की गोलियां बनालें और १ गोली ज्वरागमन से एक घंटा पूर्व खिला दें।

(२) अरण्ड के हरे पत्ते ३ तोला, फुल्फल स्याह ६ मा०, नमक १ तोला, पीसकर गोलियां बनालें और ज्वर से पहिले १ गोली और दूसरी एक घटा पहिले खिलाने से बारी रुक जाती है।

(३) नीम की अन्तर्छाल जो पीले रग की होती है, शुष्क करके चूर्ण बनावें। ३ मा० चूर्ण मे ३ रत्ती पिसी हुई काली मिर्च मिलाकर ½ माशे की पुडिया बनावें। ज्वर से पूर्व ३-४ घटे के अन्तर से १-१ पुडिया खिलावें। तीन चार पुडिया खिलाने से ज्वर रुक जाता है।

(४) मघपीपल १ तोला, करंजुवा की गिरी का चूर्ण १ तो०, श्वेत जीरा ६ मा०, कीकर के पत्ते ६ मा०, पानी से पीसकर गोलिया बनावे। उसमें से ३ या ६ गोलियां ज्वर से पूर्व तीन बार मे खिलावें।

(५) हरताल वर्किया १ तो०, नीला तूतिया ६ मा०, शख का चूना २ तोला, पत्थर का चूना १ तो०, कंकड का चूना . तो०,

घीग्वार के गूदे में २-३ घटे खरल करके मिट्टी के कूंजे में मुंह बन्द करके भली प्रकार कपरौटी करें और उसे एक हाथ गहरे और ½ हाथ चौडे गढ़े मे उपले भर कर उनके मध्य आग दें। ठंडा होने पर निकालें, और औषधि को पीसकर शीशी में रख छोडें। उसका रग श्यामता लिए होगा। ज्वर से दो घटे पूर्व १ रत्ती हलुवा में खिलाए। भोजन—दूध चावल या दूध रोटी। इस दवा से कभी २ कै आती है, भय न करें। अपितु गरम पानी पिलावें, ताकि खुलकर कै आ जावे। अगर कै अधिक आवे, तो थोडा समोष्ण दूध पिलावें। कम्प-ज्वर की वारी रोकने के लिए अनुभूत है। यदि एक वार में वारी न रुके, तो दूसरी बारी से पूर्व प्रयोग करें।

स्थायी ज्वर

जैसा कि पहिले वताया जा चुका है, यह बिल्कुल कभी नहीं उतरता। हां इसकी तेजी घटती वढ़ती रहती है और यह घटाव वढ़ाव कभी तो इतना अल्प होता है। कि विना ध्यान पूर्वक देखे प्रतीत नहीं होता और प्रायः यही कहा जाता है कि ज्वर लगातार एकसा चढ़ा रहता है। किसी समय भी कम नहीं होता। यह नितान्त असत्य है, कि ज्वर की डिग्री में कोई घटी बढ़ी न हो। हां वह अन्तर विना थर्मामीटर के अथवा किसी प्रवीण नब्ज देखने वाले के ज्ञान नहीं होता। इसीलिए प्रायः यह गलत धारणा पैदा होती है। इस प्रकार के ज्वरों की यदि समुचित

चिकित्सा न की जाय, तो ये बढ़ जाते हैं और उनसे सरसाम आदि रोग उत्पन्न होने का भय रहता है।

बोहरान—इस प्रकार के ज्वरों मे ज्वर प्रारम्भ होने की तिथि लिख लेनी चाहिए। क्योंकि ज्वरारम्भ से ४० दिन तक, किस दिन स्वास्थ्य लक्षण और किस दिन ज्वर तीव्रता के लक्षण होते हैं, आदि की गणना को चिकित्सक भाषा मे बुहरान कहते है। अस्तु यदि बोहरान के दिनों मे अशुभ लक्षण प्रकट हों, तो अनुचित चिकित्सा कदापि न करें। बुहरान का पूरा २ वर्णन 'देहाती अनुभूत योग संग्रह' के द्वितीय भाग मे समझाकर लिखा गया है, जिसे जानना प्रत्येक वैद्य व हकीम के लिए परमावश्यक है। किन्तु खेद है कि आजकल के वैद्य 'बुहरान' का नाम तक नहीं जानते।

यदि रोगी को कोष्ठबद्धता हो, तो उसको आवश्यकतानुसार विरेचन देना चाहिए। किन्तु बुहरान आने के दिनों मे जुलाब कदापि न दें। जुलाब देने के लिए जो दिन उचित हैं, वे नीचे लिखे जाते हैं :—

८-१०-१२-१६-१९-२२-२३-२६-२८-२९-३२-३३-३५-३६-३८-३९

स्थाई-ज्वर की चिकित्सा

स्थाई-ज्वर मे इस प्रकार की औषधिया देनी चाहिए, जोकि पारी के ज्वर मे ज्वर दशा मे दी जाती हैं। यहां कुछ योग लिखे जाते हैं :—

(१) वनफशा के फूल ६ माशे, नीलोफर के फूल ६ मा०, कशनीज, श्वेत सन्दल, खूबकलां प्रत्येक ३ मा०, गिलोय ६ मा०, को १॥ सेर पानी मे उबालें। जब ६ छटांक पानी रह जाय, तो छानकर १-१ छटांक मे १-१ तो० मिश्री मिलाकर दिन में कुछ बार दें।

(२) गिलोय, चिरायता, नीम के पत्ते, प्रत्येक ५ तो०, सहदेवी के पत्ते, सूरजमुखी के पत्ते, तुलसी के पत्ते, प्रत्येक ३ तो०, फुल्फल गिर्द, अतीस प्रत्येक २ तो०, कूटकर रात को तीन सेर पानी मे तर करें और प्रात काल उबालें। जब एक पाव शेष रह जाय, तो छानकर उसके साथ निम्न दवाएं मिलाकर खरल करें करजुवा के बीज की गिरी ५ तो०, कुनैन, अभ्रक भस्म श्याम व श्वेत, जहर मुहरा, सतगिलोय, तबाशीर दाना, इलायची छोटी, प्रत्येक १ तो० गौदन्ती भस्म मा०, श्वेत जीरा फुल्फलदराज प्रत्येक ६ माशा, कपूर ३ माशा, गोलियां बना लें। मात्रा—१-१ गोली प्रात. दोपहर, सांय उचित अनुपान के साथ दिया करें।

(३) तबाशीर, छोटी इलायची का दाना, गुलाब के फूल, बनफशा के फूल, बादियान की गिरी, कशनीज की गिरी, कोड-काशनी, सनाय के पत्ते, श्वेत जीरा, नागरमोथा, सत गिलोय, मीठे बादाम की गिरी, प्रत्येक १-१ तोला, मिश्री कूजा बराबर चूर्ण बनावें। मात्रा ६ मा० से ६ माशे तक अर्क गावजवां के साथ।

मलेरिया ज्वर के लिए जादुई सुरमा

योग—चील का अण्डा १ नग़, काला सुरमा १ तो० ।

विधि—अण्डे का थोडा सा छिल्का काट कर उसके भीतर उसी छिद्र से काला सुरमा भर दें और निकाला हुआ छिलके का टुकडा यथा स्थान रखकर वन्द कर दें और उस अण्डे को २१ दिन तक किसी सुरक्षित स्थान मे रखें। तत्पश्चात् फिर अण्डे समेत सुरमा को खरल मे डालकर सूक्ष्म पीस लें। फिर निम्नांकित औषधियों को अति सूक्ष्म पीसकर सुरमा सा तैयार करलें :—चीनी २ मा०, छोटी इलायची के वीज १ मा०, कपूर १ रत्ती, तवाशीर १ मा०, घुट जाने पर ऊपर की वस्तुए मिलाकर फिर सूक्ष्म पीस लें।

सेवन विधि—तावे या शीशे की सलाई से यह सुर्मा आंखों में लगवाओ।

लाभ—चाहे कितना भी मलेरिया ज्वर क्यों न हो, इसके प्रयोग से तत्काल उतर जाता है। शतशोनुभूत प्रयोग है वनाकर लाभ उठाएं और परिणाम से सूचित करें।

कुनैन की समकक्ष वीसियों बूटियों में से केवल चार बूटियाँ

तुलसी—करंजुवा—गिलोय—लौंग बूटी

तथा

उनके मलेरिया नाशक चुने हुए योग

कुनैन कहाँ गई.......?

इन दिनों मलेरिया का इतना जोर है, कि अधिकाश प्रान्तों मे तो निस्सन्देह प्रत्येक घर अच्छा भला अस्पताल बना हुआ है और फिर कठिनाई यह, कि मलेरिया ज्वरों की एक मात्र अक्सीर कुनैन भी युद्ध कालीन भयङ्कर रातों के अन्धकार मे न जाने कहां जा छुपी ? इसके लाखों चाहने वाले तड़प २ कर मर जाते हैं, किन्तु प्राणदात्री देवी के दर्शन नहीं होते।

अस्तु हम उन 'कुनैन' के चाहने वालों की तसल्ली के लिए उसकी समकक्ष सहेलियों (बूटियों) को पेश करते हैं। जिनके विषय मे सहस्रों कुशल चिकित्सकों व सेवन कर्ताओं का कथन है, कि ये असंख्य चाहने वालों को तड़पता छोड़ कर जाने वाली बेवफा कुनैन से किसी प्रकार कम नहीं है। साथ ही यह कि ये अपने ही देश की रहने वाली है और इनसे विदेशी कुनैन जैसी बेवफाई का भी भय नहीं है। ये कठिन से कठिन समय पर भी साथ नहीं छोड़तीं और जब भी आवश्यकता पड़ती है, तत्क्षण आ उपस्थित होती हैं।

अगर देशवासियों के मस्तिष्क पर गोरे रग ने ही अधिकार जमा रखा है, और वे सफेद रग की गुलामी से किसी प्रकार भी स्वतत्र ही नहीं होना चाहते हैं, तो इनको अनुभवों के पानी से नहला कर सफेद भी बनाया जा सकता है।—क्या विदेशी कुनैन की सफेदी मे ही कोई विशेषता है और ये देशी सेविकाएं उसका स्थान पाने योग्य नहीं हैं.........?

—लेखक

तुलसी

तुलसी और मौसमी ज्वर

तुलसी एक प्रसिद्ध बूटी है, जिसे हिन्दू लोग पवित्र मानकर मन्दिरों मे लगाते हैं और उसकी पूजा करते हैं। उसके पास दीप जलाते है, अपितु तुलसी जी का विवाह ठाकुर या सालिग-राम जी के साथ खूब धूमधाम से करते है। इस पर खूब दिल खोलकर रुपये खर्च करते हैं ·····इत्यादि ····।

इसको क्यों पूजते हैं? और इसके विवाह पर क्यों रुपये व्यय करते हैं, इससे हमारे विषय का कोई सम्बन्ध नहीं। सक्षेप में इतना ही जानता हूँ कि जो वस्तुएं विशेप लाभदायक और शक्तिप्रद हैं वही पूजी जाती हैं अर्थात् उनकी दृष्टि मे कुछ लाभ विशेप या शक्ति विशेप रखने वाली वस्तुए ही पूज्य हैं। चूंकि तुलसी भी एक ऐसी महान बूटी है, जिसे प्राचीन आयुर्वेदाचार्यों ने असख्य रोगों के लिए रामबाण माना है, अत यह पौधा भी पूज्य बन गया।

कितना अच्छा होता यदि लोग इनके बजाय उस ईश्वर की ही पूजा करते, जिसने तुलसी जैसी गुण सम्पन्न लाखों बूटियां हमारे कल्याणार्थ पैदा की हैं।

यहां हम तुलसी के अन्य लाखों गुण छोड़कर केवल वही उपयोग अंकित करते हैं, जो कि मौसमी ज्वर के दिनों मे कुनैन के वजाय इसे सेवन करने से लाभ प्राप्त कराते हैं।

मलेरिया ज्वर नाशक तुलसी की चाय

निम्न विधि से यदि तुलसी की चाय वनाकर मलेरिया के दिनों मे सेवन कराई जाय, तो ईश्वर कृपा से सेवन कर्त्ता इस दुष्ट रोग से पूर्णतया सुरक्षित रहेंगे।

योग—छाया में सुखाई हुई तुलसी की पत्तियां १ माशा पाव भर पानी में उवाल कर दूध मीठा आदि मिलाकर चायवत् सेवन करें। परम लाभप्रद है।

चाय का द्वितीय योग

(जिससे ईश्वर कृपा से तत्क्षण ज्वर उतर जाता है)

शुष्क तुलसीदल १ माशा, काली मिर्च ७ नग, गेहूं का छिलका ६माशा, नमक १ माशा, यथा विधि पानी मे चाय वनाकर उचित परिमाण में दूध व चीनी मिलाकर दो प्यालियां गर्म २ पी लिया करें।

लाभ—इससे मलेरिया ज्वर ग्रस्त रोगी को पसीना आकर ईश्वर कृपा से तत्क्षण ज्वर उतर जाता है।

कथा

सन् १६२० ई० के माह जौलाई मे मलेरिया ज्वर मे ग्रस्त हो गया था, जिससे लगभग दो माह पीड़ित रहा। इस काल में

शरीर हड्डियों का ढांचामात्र रह गया। किसी चिकित्सा से कोई लाभ ही न होता। अनेक देशी और विदेशी दवाइयां खा डालीं, किन्तु निष्फल। हमारे घर में तुलसी का पौधा लगा हुआ था। मेरे पिता जी ने ७–८ पत्ते उसके और ३ नग काली मिर्चें मिश्री मिलाकर घोंट छान कर पिलाना प्रारम्भ कर दिया। उसने ऐसा चमत्कार दिखाया कि दूसरी मात्रा से ही ज्वर रुक गया और एक सप्ताह के सेवन से तो जड़मूल से ही दूर हो गया। तत्पश्चात् एक और मलेरिया का रोगी हम से दवा पूछने आया जब हमने उसे तुलसी के ३ पत्ते गुड़ मे लपेट कर ज्वरागमन से आध घंटा पूर्व खिला दिए और उसी एक मात्रा से ही ज्वर रुक गया, तो हम दोनों चकित रह गए।

चूंकि इसमें कीटाणु मारने की भी शक्ति है, अत निम्न रोगों में परम लाभप्रद सिद्ध होती है।

(१) मलेरिया और प्लेग के दिनों मे इसके पत्तों को ४-५ बार चबाने और सूंघने से सुरक्षा रहती है। इसके तेल की मालिश भी करें।

तेल बनाने की विधि—यह है कि एक पाव सरसों के तेल में एक तोला ताजा पत्ते डालकर बोतल को धूप में २-३ दिन तक रखें और फिर इस तेल की मालिश शरीर पर करें। इससे पिस्सू और मच्छर पास भी नहीं फटकने।

कम्पज्वर वटी

योग—तुलसीदल और काली मिर्च समपरिमाण खरल करके गोलियां बनालें और बारी से पूर्व १ या २ गोली उचित अनुपान से दें।

लाभ—कम्पज्वर व मलेरिया के लिए लाभप्रद हैं।

अकसीर ज्वर

योग—तुलसीदल ५ तोला, पारा १ तोला, दोनों को यहां तक खरल करें कि पारा विलुप्त हो जाय। बस अकसीर ज्वर तैयार है।

सेवन विधि—जब ज्वर तेजी से चढ़ रहा हो, रोगी मूर्च्छा जैसी दशा में हो, तो उसके तालू के बाल उतरवाकर इस दवा का लेप करें और फिर चमत्कारी प्रभाव देखें।

ज्वरहरण वटी

द्रव्य तथा विधि—सत गिलोय, सत चिरायता, सत शाहत्रा, कुनैन, सब औषधियां समपरिमाण लेकर हरे तुलसीदल के रस मे खरल करके ग लियां बनालें।

सेवन विधि—एक गोली प्रात साय उचित अनुपान से दें।

लाभ—हर प्रकार के ज्वर विशेषकर मलेरिया के लिए अति प्रभावक दवा है।

अन्य वटी

योग—आर्द्र गिलोय, करजुवा की गिरी, तुलसी की जड़ की छाल, उत्तम निर्बसी, वनफशा के फूलों का गुलकन्द, प्रत्येक १-१ तोला, सब को खरल करके एकजान कर लें और गोलियां बना लें।

सेवन विधि—ज्वरागमन से पूर्व २ गोली घंटे २ अन्तर से दें।

लाभ—ईश्वर कृपा से कुछ ही दिनों में ज्वर जाता रहेगा।

मलेरिया अगद

योग—तुलसी के पत्ते, सदाब के पत्ते, नीम के पत्ते, शिगूफा अरंड, सब को समपरिमाण लेकर वारीक करके गोलिया बनालें।

सेवन विधि—प्रात. दोपहर और साय १-१ गोली पानी के साथ दें। हर प्रकार के ज्वरों विशेषकर मलेरिया के लिए अगद है।

अकसीर सन्निपात

योग—पीपल के हरे पत्ते ५ नग, वेल के हरे पत्ते १५ नग, तुलसी के पत्ते ४५, सब को कुचल कर आध सेर पानी मे उबालें, जब आधा पाव पानी रहे, उतार लें। फिर घंटा २ बाद १-१ तोला अर्क पिलाते जाय। समाप्त होने पर पुनः बनालें।

लाभ—ज्वर, सन्निपात, प्लेग और मलेरिया आदि के लिए परम लाभप्रद है।

हर प्रकार के ज्वर की गोलियां

योग—अतीस, छोटी पीपल, देशी वेखजदवार १-१ तोला, करंजुआ की गिरी ३ तोला, सब को तुलसीदल के अर्क में खरल करके मटर के बराबर गोलियां बनालें।

सेवन विधि—ज्वरागमन से पूर्व १-१ घंटा के अन्तर से २-३ गोलियां खिलावें। ईश्वर कृपा से दौरा दूर होगा। मौसमी ज्वर के दिनों में इन्हीं गोलियों में से १ गोली नित्य सेवन कराना ज्वर से सुरक्षित रखता है।

अक्सीर मौसमी ज्वर

योग—तुलसीदल ६ भाग, बेल के पत्ते २ भाग, पीपल के पत्ते १ भाग, सब पत्तों को पानी में उबालें। जब आधा पानी शेष रहे, तो छान लें। मात्रा—१ तोला नित्य पिलाए।

लाभ—मौसमी ज्वर का अगद है। परीक्षा करके लाभ उठाएं।

कम्प-ज्वर नाशक औषधि

योग—हरे तुलसीदल ६ माशा, काली मिर्च ७ नग, दारु फुल्फुल ६ नग, खांड १ तोला, सब को पानी में पीसकर ज्वरागमन से चार घंटा पूर्व दें।

गिलोय

गिलोय बेल की किस्म की एक प्रसिद्ध बूटी है। इसके पत्ते पान के पत्तों के समान होते हैं। इसकी बेल दूसरे पेड़ों पर चढ़ कर बहुत दूर तक चली जाती है। प्रायः बाग के किनारे वाले पेड़ों पर चढ़ती हुई मिलती है।

इस लघु पुस्तिका में विस्तृत विवरण लिखने की आवश्यकता नहीं, क्योंकि 'देहाती जड़ी बूटियों' में पर्याप्त वर्णन है। और यूं भी सर्व साधारण इसे भली प्रकार जानते हैं। इसका प्रभाव एक साल बाद नष्ट हो जाता है अत' दवाओं में हरी गिलोय ही डाली जाती है यदि इसकी छोटी सी टहनी तोड कर अपने बाग या किसी गमले में लगादें, तो अति शीघ्र फैल जाती है। किन्तु ज्वरों के लिए वह विशेष उपयोगी है जो नीम पर चढ़ती है। यहां तक कि इसका अर्क तपेदिक तक के लिए लाभप्रद है।

गुण तथा लाभ—इस बूटी के लाभ अगणित हैं। मनुष्य के असंख्य रोगों का नाश करने मे प्रयोग की जाती है, किन्तु यहाँ अन्य सब गुणों को छोडकर केवल ज्वर के लिए कुछेक योग भेंट किए जाते हैं।

कथा

जीर्ण विषमज्वर का अक्सीरी योग

सन् ३१ मे वैद्यक एण्ड यूनानी कान्फ्रेन्स का इजलास लाहौर में हुआ था जिसमें सरफीरोजखांनून, सरगोकुलचन्द्र नारङ्ग आदि भी पधारे थे। उस समय सरगोकुलचन्द्र जी ने देशी दवाओं के गुणों का वर्णन करते हुए कहा था, कि मैं एक वार मलेरिया के चंगुल में ऐसा फसा कि महीनों मुक्त न हो सका। पजाव के योग्य डा० वेलीराम जी ने हर चेष्टा की, किन्तु मलेरिया ने पीछा न छोड़ा।

एक दिन मेरा एक नौकर कहने लगा कि अगर हुजूर मेरी वताई हुई दवा को सेवन करलें, तो मैं आशा करता हूँ कि अति शीघ्र स्वस्थ हो जायगे। अस्तु उसके वताने पर मैंने वह योग सेवन किया और कुछेक दिन मे ही वह ज्वर जो भारत के प्रसिद्ध डाक्टर वेलीराम की चिकित्सा से किसी प्रकार ठीक न हुआ था, एक साईस के वताये हुए देशी योग से दुम दवाकर भाग गया।

योग—हरी गिलोय १ तोला, अजवायन देशी ६ मा०, रात को भिगोकर रख दें और प्रात घोंट छानकर तनिक नमक मिलाकर पीलें। नित्य यूं ही सेवन करें।

इससे न केवल तत्कालिक लाभ होता है, अपितु मुझे तो आज सालों वीत गईं, फिर कभी ज्वर नहीं हुआ।

सत गिलोय

बाजार में सत गिलोय के नाम से केवल रंगीन मैदा हाथ आता है, यदि सत गिलोय के दिव्य गुणों से लाभान्वित होना चाहते हैं, तो निम्नांकित विधि से स्वय सत गिलोय बनाकर काम में लावें।

हरे गिलोय की मोटी २ ताजा लकड़ियां लेकर छोटे २ टुकड़े काट लें और किसी मिट्टी के पात्र मे आठ गुने पानी में भिगो दें। २४ घंटे उपरान्त जोर २ से हाथों से मलें। इसी प्रकार तीन दिन प्रात' सायं मलते रहें। तत्पश्चात लकडियों को पानी से निकालकर फेंक दें और जो पानी निथरता जावे, उसे फेंकते जावें। यहां तक कि एक श्वेत २ सी वस्तु शेष रह जायगी। उसे धूप में शुष्क करके पीस छानकर शीशी मे सुरक्षित रखलें।

यही सत गिलोय है, जो कि ज्वरों के बीसियों योगों मे प्रमुख द्रव्य के रूप में सम्मिलित होता है। कुछेक चुने हुए उत्तमोत्तम योग नीचे लिखे जाते हैं :—

चूर्ण गिलोय

योग—सत गिलोय, करंजुवा के बीज की गिरी, काली मिर्चें, भुनी हुई फिटकरी, तबाशीर प्रत्येक १-१ तो०, मिश्री एक तोला, कूट छानकर चूर्ण बनाए।

मात्रा--१ माशा से तीन मा० प्रात' दोपहर और सायं उचित अर्क, शर्बत या केवल पानी से ।

लाभ--मौसमी ज्वर के लिए शर्तिया दवा है ।

द्वितीय योग

योग--सत गिलोय, तबाशीर, छोटी इलायची का दाना, गौदन्ती हरताल भस्म, अभ्रक भस्म प्रत्येक तोला २, मिश्री ६ तोले ।

मात्रा--१ मा० प्रातः दोपहर साय ।

अर्क गिलोय

बाजारी अर्क गिलोय भी किसी काम का नहीं होता । निम्न विधि से स्वय तैयार करो और लाभ उठाओ ।

योग--२ सेर पक्का हरित गिलोय को कुचल कर ८ सेर पक्के पानी में एक दिन रात भिगो रखें और फिर प्रचलित विधि से उसका अर्क खींच लें । मौसमी ज्वर चाहे जीर्ण ही क्यों न हो, उसके लिए परम लाभप्रद है ।

मात्रा—२ तो० से ५ तो० तक प्रात' व सांय ।

अर्क गिलोय

(जोकि जीर्ण से जीर्ण ज्वर व क्षय तक को लाभप्रद है)

यह अर्क प्रत्येक ऋतु में विना शका के सेवन किया जा सकता है । जो सज्जन एक वार परिश्रम से बनाकर परीक्षा

करेंगे, और किसी दवा का नाम नहीं लेंगे। क्योंकि यह पुराने से पुराने ज्वर और खासी को जड से मिटा देता है :—

योग—वनफशा के फूल १¼ सेर, हरित गिलोय ४ सेर, गावजवां ½ सेर, चिरायता आधा सेर, शाहत्रा ½ सेर, सौंफ १ सेर, मुलहटी ? तोला, इन सब को जौ कुट करके तीन भाग करलें और उसमे से १ भाग दवा लकर सारी रात २० सेर पानी मे भिगो रखें। और प्रातः भवके से अर्क खींच लें। इस अर्क में द्रव्यों का दूसरा भाग डालकर इतना पानी और डालें कि कुल पानी पुनः २० सेर हो जाय। फिर पूर्ववत् अर्क खींच लें। इसी प्रकार तीसरी वार अर्क खींच कर बोतलों मे भर लें। अर्क तैयार है।

मात्रा—२॥ तो०, दिन मे तीन चार वार पिलाए।

लाभ—कुछ दिनों मे ही हर प्रकार का ज्वर, खासी, प्रतिश्याय और प्यास आदि दूर हो जाते हैं। नैत्यिक व तृतीयक ज्वरों को विशेष लाभप्रद है। चढे हुए या उतरे हुए ज्वर मे एक ही औषधि है।

चुर्ण गिलोय का तीसरा योग

शान्ति

योग—सत गिलोय, तबाशीर, छोटी इलायची, गुलखेरा, वनफशा के फूल, नीलोफर के फूल, गावजवा के फूल, अरमनी के फूल, शाहत्रा, रब्वे उल्सूस, वादियान, कशनीज, गौदन्ती

भस्म, काकडासिंघी, नीम की छाल प्रत्येक एक-एक तो०, कूल डीडा की गिरी, जदवार, जहरमोहरे की भस्म, मस्तगी रूमी, समग अर्वी, कतीरा, लाल सन्दल, प्रत्येक ६ मा०, श्वेत अभ्रक भस्म तीन मा०, मिश्री समपरिमाण, चूर्ण बनाए।

लाभ—हर प्रकार के ज्वर के लिए यह एक प्रशंसित औषधि है। इसका नाम शान्ति है।

मात्रा—तीन २ मा० प्रात दोपहर व शाम उचित औषधियों के साथ सेवन करें।

जीर्णज्वर नाशक अद्भुत योग

हरित गिलोय २ तो०, अजवायन देशी ६ मा०, नमक खुर्दनी १२ मा०, तीनों वस्तुओं को किसी मिट्टी के कूड़े मे डेढ़ पाव पक्का पानी डालकर भिगो दें और उस सकोरे को दिन भर सूरज की गर्मी में पडा रहने दें। और रात को ओस में पड़ा रहने दे। प्रात ठंडाईवत् घोंट छानकर रोगी को पिलाए। एक सप्ताह के निरन्तर सेवन से पुराने से पुराना ज्वर भी जड से चला जाता है।

करंजुवा

करंजुवा एक बेलनुमा पौधा है, जिसे बागवान अपने बाग के चारों ओर लगा कर काटेदार तार का काम लेते हैं। इसके पत्ते अनार के पत्ता की भाति बिना नोंक और अर्ज मे अधिक होते हैं। इसकी शाखों मे दोधारा पत्तिया ६ से १० तक पाई जाती है। इसकी फली का गिलाफ आम की भाति किन्तु काटे-दार होता है, जिसमे से २-३ मोटे २ बीज निकलते हैं। शुष्क होने पर यदि उनको हिलाया जाय, तो उनकी गिरियों के हिलने की आवाज स्पष्ट सुनाई देती है।

प्रकृति तथा महत्व—हकीमों ने इसे तीसरी श्रेणी का गर्म व शुष्क लिखा है।

नाम—करंजुवा, हेचुका, अक्तमक्त आदि।

लाभ—अर्शनाशक, उदरकृमिनाशक, वाजीकरण दोषों को दूर करने वाला है। किन्तु हम यहा उन सब गुणों को छोड़कर केवल मलेरिया नाशक विशेष योग लिखते हैं। वैद्यों का कथन है कि करंजुवा यथार्थत: कुनैन का प्रतिनिधि है।

युद्ध काल मे कुनैन दुष्प्राप्य ही नहीं, अप्राप्य है, किन्तु इसका प्रतिनिधि करञ्जुवा प्रचुरता से प्राप्य है और इतना सस्ता है कि कुछ आने सेर के भाव से हर स्थान पर मिल सकता है।

करंजुवा की गोलियां

(जो कि सहस्त्रों हकीमों की प्रशंसित व अनुभूत है)

योग—करंजुवा की गिरी २ तोला, फुल्फलदराज २ तोला कीकर पत्र १ तोला, श्वेत जीरा १ तोला, अर्क गुलाब या केवल सादा पानी में पीसकर चने बराबर गोलियां बनालें। मात्रा १ गोली प्रात दोपहर व सायंकाल ताजा जल से।

करंजुवा चूर्ण

योग—गेरु २ तोला, नौशादर २ तोला, करजुवा की गिरी १ तोला कूट छान कर रखे और आवश्यकता के समय २ रत्ती से ४ रत्ती तक चाय या अर्क गिलोय या पानी से दें। यदि ज्वर से पूर्व दिया जाय, तो ज्वर रुक जाता है और चढे ज्वर मे देने से पसीना लाकर ज्वर उतार देता है।

कुनैन का प्रतिनिधि—करजुवा चूर्ण

(जिसकी प्रशसा डा० असारु ने भी की थी)

मलेरिया के लिए उत्तम दवा है, इसके सेवन से मलेरिया के कीटाणु नष्ट हो जाते हैं। चूंकि मलेरिया ज्वर ससार के हर भाग मे होता है, अत यह प्रचुर मात्रा में प्रयुक्त है। चिरकाल से इसकी खोज थी, कि कोई दवा इसके प्रतिनिधि रूप में मिले। इस सम्बन्ध में काफी रिसर्च की गई। प्राचीन चिकित्सक इसके लिए करंजुवा का प्रयोग करते थे। इसका सत्व और तेल प्राप्त

किया गया और उसे रोगियों पर अनुभव किया गया। दीर्घ-काल के अनुभवोपरान्त यह प्रमाणित हो गया कि मलेरिया और वारी के ज्वरों में यह परम लाभप्रद है। अब यह असख्य अंग्रेजी दवाओं मे विविध रूपों में विक्रय हो रहा है। मलेरिया मे विरेचन के पश्चात् इसके सेवन से अतिशीघ्र लाभ होता है सर्वोत्तम योग नीचे अकित है, जिसकी प्रशंसा डाक्टर अंसारू ने भी की है.—

द्रव्य तथा विधि—करञुवा के बीज ५ रत्ती, फुल्फलदराज २ रत्ती, दोनों का चूर्ण वनालें।

मात्रा व सेवन विधि—यह एक मात्रा है, पानी से फांक लें।

लाभ—मलेरिया के लिए विशेप औपधि है।

लौंग बूटी

मौसमी ज्वरों में अक्सीरी प्रभाव दिखाने वाली

आश्चर्योत्पादक बूटी

हमारा प्रान्त तो नितान्त वजड़ प्रान्त है, लौंग बूटी हमारे यहां अत्यल्प प्राप्त है। हां निकटवर्ती रियासत पटियाला के नहरी क्षेत्रों मे यह बूटी ठीक मलेरिया के मौसम मे खोजने वालों को मिल जाती है।

जिन दिनों मे मौजा मीरपुर जिला पटियाला मे जड़ी बूटियो की पुस्तक के लिए चित्रों के डिजाइन बनवा रहा था, उन दिनों मौसमी ज्वर का बहुत प्रकोप था। मेरे पास जो भी मलेरिया के रोगी आते थे, मैं यही बूटी घोंटकर पिलाने को दे देता था। ईश्वर की कृपा से एक दो मात्राओं में ही ज्वर दूर हो जाता।

मै चाहता हूं कि आश्चर्यजनक लाभप्रद बूटी का अनुभव बड़े पैमाने पर किया जाय और फिर इसका सत, मिक्शचर और शर्बत तैयार करके यथा सम्भव सारे औषधालयों मे इसका प्रबन्ध किया जाय। अस्तु नीचे इसका हुलिया अंकित किया जाता है, ताकि पाठकों को पहिचान करने मे कठिनाई न हो। आव-

श्यकता थी कि इसकी रंगीन तस्वीर छाप कर पाठकों को सुविधा पहुँचाई जाय किन्तु जमाने का दौर देखते हुए हमारे सामने बड़ी कठिनाइया हैं।

लौंग बूटी का हुलिया—पौधे की लम्बाई एक हाथ से लेकर गज भर तक देखा गया है। पीले रग के फूल शाखों के सिरे पर लगते हैं। जिनकी पत्तियां परस्पर भली प्रकार मिली हुई नहीं होतीं। फूल और पत्ती की शक्ल सूरजमुखी से मिलती जुलती है किन्तु उससे वहुत छोटा होता है। स्वाद कड़ुवा होता है। प्राय. नहरों के किनारे २ या खेतों की मेंड पर उगती है।

नाम—हमारे प्रान्त मे इसे लौंग बूटी कहते हैं। यह नाम इसलिए रखा गया, क्योंकि इसके फूल की वनावट स्त्रियों के आभूषण 'लौंग' से मिलती जुलती है। पटियाला और अम्बाला के क्षेत्रों मे इसे हल्दा घास कहते हैं, क्योंकि इसके फूल हल्दी के रंग के होते है।

यही रूम बूटी है जिसे कुनैन का प्रतिनिधि वताकर इश्तहारों द्वारा प्रचुर मात्रा मे वेचा जाता रहा है जैसा कि चिकित्सा सम्बन्धी पुरानी फाइलें देखने से ज्ञात हुआ है। इसी हुलिया और इन्हीं गुणों वाली वूटी को उन्होंने रूम बूटी नाम दिया है, आगे ईश्वर ही जाने।

सेवन विधि—कुनैन की भाति वारी आने से पूर्व २ माशे से ४ माशे तक ५-६ काली मिर्चों के साथ घोंट छानकर घटा २ के अन्तर से दो चार दें। या पानी मे उबाल कर पिलाए।

लाभ—अब तक अनुभवों से तो यही प्रगट हुआ है कि कुनैन से किसी प्रकार कम नहीं और यह भी कि कुनैन की भांति खुश्की नहीं करती। इसके सेवन करने वाले को कानों में शांय शांय नहीं प्रतीत होती। हां अधिक सेवन कर लेने से कुछेक दस्त आ जाते हैं। कई औषधालयों ने तो कुनैन को बिल्कुल छोड़कर उसके स्थान पर इसी को अपना लिया है।

हम भी इस बूटी को इकट्ठा करने का प्रयास कर रहे हैं। पाठकगण स्वय खोजें और पूर्ण विश्वास के लिए दो पत्ते लिफाफे में डालकर साथ में जवाबी टिकिट रखकर 'देहाती फार्मेसी मु० पो० कासन जिला गुडगांवां' से पूछ लें। साथ ही अनुभव और उसके परिणामों से फार्मेसी को सूचित भी करें। ताकि पूरी तसल्ली हो जाने के बाद उसके सत् आदि का प्रबन्ध किया जाय।

कुनैन का——समकक्ष——या प्रतिनिधि

देशी औषधियां

इन दिनों मलेरिया ज्वर का प्रकोप हो रहा है, कुनैन का भाव इतना अधिक बढ़ गया है कि गरीब बल्कि मध्यम श्रेणी के लोग भी उसका सेवन सरलता से नहीं कर सकते।

इसके अतिरिक्त कुनैन मे कुछ दोप भी है, अस्तु आवश्यकता है कि उसकी समकक्ष अन्य औपधियों का अनुभव करके उन्हे संसार में फैलाया जाय। ताकि गरीब और मध्यम वर्ग के लोग उनसे लाभ उठा सके। मै इस वात को मानने के लिए कदापि तैयार नहीं कि ईश्वर ने मलेरिया नाशक सारे गुण कुनैन मे ही छुपा दिए है और उसके अतिरिक्त ससार भर मे कोई वस्तु उसकी समता नहीं कर सकती।

अस्तु प्रथम वार मै इसी प्रकार की औपधिया पेश करता हूँ, जिन्हें अनुभवी हकीमों वैद्यों ने कुनैन के समकक्ष या उसके लगभग गुणों से सम्पन्न वताया है। सहस्रों पाठकगण स्वय इनका पूर्ण अनुभव करके परिणाम से हमारी फार्मेसी को भी सूचित करें।

'देशी कुनैन'

(जिसका स्वाद फीका है)

लीजिए साहब ! हम अपने हृदय का टुकडा भी भेंट करने लगे हैं। यह वही वस्तु है जिसका हमने बडी धूम-धाम से विज्ञापन कर रखा है। सम्भवतः वे लोग, जो इस रहस्यमय योग को हथियाने के लिए लालायित थे, आज इसे ईश्वरीय कृपा समझेंगे। ससार की अनित्यता का ध्यान करके आज इसे भी प्रकट किए देता हू। चूकि हमने इसको विज्ञापनी रंग दे रखा है, अत' हम इसको मीठा कर लेते है और वैज्ञानिक रीति से बनाते हैं। यहां साधारण विधि लिखी जाती है, जिसको सर्व साधारण भी तैयार कर सकें।

धतूरे का फल सेर भर कूटकर लुगदी बनावे और एक हांडी मे आधी लुगदी बिछाकर हरताल गौदन्ती के टुकड़े २० तोले मध्य मे रखकर कपरौटी करें और २५ सेर उपलों की आग दें। हरताल श्वेत धवल निकलेगी।

लाभ--सुन्दरता मे कुनैन से बढ़कर है, ज्वरागमन से २ घटे पूर्व २ रत्ती से ३ रत्ती तक की पुडिया और फिर घटा पूर्व एक और पुडिया पानी से दें। यह विस्मयकारक दवा है।

कुनैन की प्रतिनिधि

अतीस को थोड़ी देर पानी में भिगोकर ऊपर का छिलका उतार दे। और उसको अति सूक्ष्म पीसकर शीशी मे सुरक्षित

रखे। यह भी मलेरिया ज्वर के लिए कुनैन के बराबर वरन् उससे भी अधिक प्रभावक है। आवश्यकता के समय बारी से एक घंटा पूर्व १ माशा की मात्रा पहिले दो घंटे फिर एक २ घंटे के अन्तर से दो बार पानी के साथ दें। ईश्वर कृपा से प्रथम दिवस ही ज्वर दूर होगा।

सुलेमानी दवाखाना का आश्चर्यजनक आविष्कार

'सहूलती'

(जो कि सुन्दरता और लाभ दोनों मे कुनैन के बराबर है)

यह एक विशेष देशी आविष्कार है, जो कि रंग और भार में तो अंग्रेजी कुनैन जैसी ही है, किन्तु लाभ और सस्तेपन में उससे कई गुना बढ़कर है। मात्रा भी बहुत कम है और सबसे बडी विशेषता यह है कि खुश्की बिल्कुल नहीं करती। यही कारण है कि पानी से खाई जाती है और एक ही दिन में अपना प्रभाव दिखाती है। हर प्रकार के ज्वरों, विशेष कर मलेरिया के लिए अक्सीर है। हमने वर्षों इसका विज्ञापन करके आज पाठकों को भेंट करदी है, देखें क्या कदर होती है।

योग—उत्कृष्ट प्रकार की गौदन्ती हरताल लेकर उसको गोदुग्ध में तर करें, और प्रतिदिन नया दूध बदल दिया करें। इसी प्रकार सात दिन तक दूध बदलते रहें। तत्पश्चात् निकाल कर दहकते हुए कोयलों की आग पर रख दें और ठंडा होने पर फूले हुए टुकडे निकाल लें और फिर उन्हे खरल मे डालकर

प्रति ५ तोले के अन्दर ४ रत्ती सोमल भस्म मिलाकर खूब खरल करें और आवश्यकतानुसार सैक्रीन मिलाकर शीशियों में भरले। मात्रा--२ रत्ती से ४ रत्ती तक दिन मे तीन वार। ईश्वर कृपा से चढ़े हुए ज्वर को उतारती है और उतरे हुए को पुनः चढ़ने से रोक देती है।

नोट—सोमल (सखिया) की भस्म आवश्यक नहीं। श्वेत सखिया को एक दिन तक अर्क गुलाव या केवड़ा मे भली भांति अन्तरखरल किया जाय, और उपरोक्त योग मे प्रयोग करें तो लाभ मे नहीं पड़ता। सैक्रीन केवल मीठा करने के लिए मिलाई जाती है। यदि मीठी न करना चाहें तो सैक्रीन का मिलाना आवश्यक नहीं। सैक्रीन आवश्यकतानुसार ही मिलाए। अनुभव करके मात्रा स्वय अनुमान करलें।

कुनैन की समता करने वाली

'देशी व सस्ती दवा'

कुनैन मलेरिया ज्वर के लिए अक्सीर मानी जाती है। किन्तु सर्व साधारण के लिए एक तो वहुत महंगी है, दूसरे वहुत खुश्क होती है। इसलिए इसके साथ दूध पीना आवश्यक होता है। वरना कान वहरे हो जाते हैं। अत पाठकों की सेवा मे हम एक ऐसा योग भेंट करते हैं जिसमे कुनैन सम्मिलित नहीं लेकिन लाभ में उसके ही समान है। वरन् उससे भी वढ़कर मात्रा और स्वाद भी विल्कुल कुनैन जैसा ही है। आनन्द यह कि विल्कुल सस्ती और सर्वत्र प्राप्य है। कोई लम्वा चौडा योग

नही वरन् एक मात्र बूटी है, जो कि किसी पसारी से लेकर कुछ मिनटों मे ही जितनी चाहें, तैयार हो सकती है और मलेरिया की प्रत्येक दशा मे दी जा सकती है। अस्तु चढ़े हुए ज्वर को उतारती है, और उतरे हुए को चढ़ने से रोकती है। मलेरिया के कीटाणुओं को मार देती है, यकृत को पुष्ट करती है। हमारे अनुभव मे इससे बढकर लाभप्रद अन्य कोई दवा सिद्ध नहीं हुई।

लीजिए, मै आपको अधिक प्रतीक्षा मे नहीं रखना चाहता। बताए देता हूं कि वह अद्भुत वस्तु कुटकी या कूड है। यद्यपि आपको आश्चर्य होगा, कि यह सामान्य सी वस्तु क्योंकर इतनी लाभप्रद हो सकती है, किन्तु आपका आश्चर्य उस समय दूर हो जायगा जब आप इसका अनुभव रोगियों पर करेंगे। यदि कुनैन से बढ़कर प्रमाणित न हो, तो मेरा जिम्मा।

सेवन विधि—ज्वर चढने से आध घंटा पूर्व ४ रत्ती दवा खांड या बताशा मे डालकर खिलाए। सर्दी कदापि प्रतीत न होगी। ज्वर प्रथम तो रुक जायगा, अन्यथा पहिली सी तीव्रता न होगी। ज्वर की दशा में गर्म पानी या चाय के देने से पसीना लाकर ज्वर उतार देती है।

बादी के ज्वर के लिए तीन पुडियां ज्वर चढ़ने से पूर्व समाप्त करदें। परमात्मा ने चाहा, तो ज्वर कदापि न चढेगा किन्तु सुरक्षार्थ दो चार दिन सेवन करते रहे, ताकि ज्वर का पुनरागमन न हो। हमारी फार्मेसी का यह चलता हुआ योग है। समझदार व्यक्ति लाभ उठावें।

नोट--कुटकी एक प्रकार की लकड़ियां हैं, जिनकी रंगत काली श्वेतता लिए हुए होती है। कुटकी का स्वाद अति कड़ुवा, प्रकृति तीसरी श्रेणी की गर्म व खुश्क है। आमाशय पौष्टिक, उदर कृमिनाशक व रेचक है अत आमाशय की दुर्बलता और कोष्टबद्धता को दूर करके पुष्ट करती है। जीर्ण ज्वरों मे जब कि यकृत भी रोगग्रस्त हो जाता है और परिणामस्वरूप हाथ पांवों में शोथ आ जाता है तो इसका चूर्ण सेवन कराया जाता है। गर्मी के ज्वरों मे भी नीम के छिलके के साथ उबालकर पिलाते है।

मात्रा—५ रत्ती से १० रत्ती तक। ज्वरों मे २ माशा तक।

वारी रोक चुटकी

धतूरे का फल आवश्यकतानुसार लेकर मिट्टी के कोरे कूंजे मे डाल कर मुंह बन्द करदें और आग मे जलालें। तदनन्तर निकालकर पीसकर शीशी मे सुरक्षित रखें।

मात्रा—२ रत्ती से १ माशा तक सेवन कराएं। यह दवा कुनैन से उत्तम सिद्ध हुई है।

आनन्दप्रद औषधि

शीशा नमक १ तोला, अजवायन देशी ३ तोला, कूट छानकर सुरक्षित रखें और मलेरिया के रोगी को १-१ माशा प्रातः दोपहर व सायं दिया करें। कुनैन का प्रतिनिधि है।

तुलसी चूर्ण

शुष्क तुलसीदल १ तोला, काली मिर्च का चूर्ण १ तोला, खाने का सोडा ५ तोला, समस्त औषधियों को मिला कर रख लें।

मात्रा—१ माशा चढ़े हुए या उतरे हुए ज्वर मे दें। हर दशा मे लाभ पहुंचाती है।

बारी ज्वरों के लिए कुनैन से बढ़कर प्रभावक गोलियां

शिंगरफी तुलसी वटिका

(जो कि एक रुपया प्रति गोली के भाव से प्रचुरता से बिकती थी)

एक प्रसिद्ध हकीम जी इस एक गोली का मूल्य एक रुपया लेते थे और कमाल यह था कि एक ही गोली से ज्वर दुम दबा कर भाग जाता था। तृतीयक, चौथिया, नैत्यिक सब के लिए समान रूप से उपयोगी थी। सेवक ने इसे प्राप्त करके अपनी फार्मेसी के अगणित रोगियों पर परीक्षा की। ईश्वर कृपा से परम लाभप्रद सिद्ध हुई। यद्यपि ऐसे चमत्कारी योग बताना लोग पाप समझते हैं, किन्तु ईश्वर कृपा से मैं अपने को इस सकीर्णता के प्रभाव से बचाए हुए हूं।

योग—शिंगरफ रूमी १ तोला को खरल मे डालकर पीसें और उसमे १ काली मिर्च डालकर पीसें और फिर एक पत्ता तुलसी का सम्मिलित करके पीसें। इसी प्रकार बारी २ से काली मिर्च और तुलसी का पत्ता डाल कर खरल करते रहें, यहां तक कि ३०० काली मिर्चें और इतने ही तुलसीदल पिस जाय। फिर छोटी २ गोलिया बनालें और सूखने पर शीशी मे रखें।

सेवन विधि व लाभ—ज्वर चाहे तीसरे दिन का हो, याकि चौथे दिन का या प्रति दिन का। ज्वरागमन से एक घंटा पूर्व बेरी के दो पत्तों मे लपेटकर खिलावे। आशा है, कि उसी दिन ज्वर न होगा अन्यथा दूसरे दिन पुनः दे।

सिनकोना का प्रतिनिधि

अनुभव सिद्ध है कि सिनकोना वारी ज्वरों और शूलों के लिए अक्सीरी प्रभावक वस्तु है। चूंकि सिनकोना विलायती चीज है, अस्तु यहां हम एक देशी योग लिखते हैं, जो हर प्रकार से सिनकोना का उत्तम प्रतिनिधि सिद्ध हुआ है।

योग--शुद्ध रसौत २ तोला, मदार का दूध १ तोला, मिला कर हवन दस्ते के अन्दर खूब कूटें। जब नितान्त शुष्क हो जाय, तो फिर बारीक पीसकर शीशी मे सुरक्षित रखें। चूर्णवत्, वटी वत् अथवा मिक्शचर के रूप मे, जैसे चाहे, सेवन करें।

लाभ—इसके लाभ न केवल सिनकोना के बराबर, अपितु कभी २ उससे भी बढ़ चढकर सिद्ध होते है और विशेषता यह है कि सिनकोना की भांति इसमे कोई हानिकर प्रभाव नहीं है। इसके अनुभवोपरान्त आप सिनकोना का नाम भी न लेंगे।

बादाम के गुण तथा उपयोग

हमारी गुण तथा उपयोग सीरीज का एक पुष्प है, जिसमें बादाम के पूरे लाभ, उससे बनने वाले पौष्टिक हलुवे, पाक, शर्बत और तेल आदि की विधियां भी लिख दी गई [illegible] ज ही मंगाकर लाभ उठावें।

एन्टीफेब्रीन--और--फिनैस्टीन

की

प्रतिनिधि--देशी--औषधियाँ

सामान्यत. अंग्रेजी पढ़े लिखे बाबू लोगों की यह धारणा है, कि जिस प्रकार अंग्रेजी दवाएं शीघ्र प्रभावक होती हैं उस प्रकार देशी दवाओं का प्रभाव शीघ्र प्रकट नहीं होता। यथा एन्टीफेब्रीन और फिनैस्टीन ऐसी दवाएं हैं, जिनके खाते ही पसीना जारी होकर ज्वर उतर जाता है किन्तु उन लोगों को यह ज्ञात नहीं कि देशी दवाओं मे भी ऐसी अनेक वस्तुए हैं, जो तत्काल पसीना लाकर ज्वर को उतार देती हैं और फिर विशेषता यह है कि अंग्रेजी दवाओं की भांति हृदय को दुर्बल भी नही करतीं।

साथ ही इस युद्ध काल में प्रथम तो अंग्रेजी दवाएं अप्राप्य हो चुकी हैं या मिलती हैं तो इतने ऊंचे दामों पर कि कम से कम हमारे देश का गरीब वर्ग तो उनसे लाभ उठाने से पूर्णतया वंचित है। अत. आगामी पृष्ठों पर एन्टीफेब्रीन और फिनैस्टीन की समकक्ष प्रभावक देशी औषधियों का वर्णन किया जा रहा है।

पाठकगण अनुभव करके परिणाम से सूचित करें।

हरताल-भस्म

जो कि फिलिम्टीन की समान है, जिससे पसीना आकर ज्वर तत्काल उतर जाता है।

यह हरताल भस्म न केवल ज्वर के लिए रामबाण औषधि है, अपितु खांसी आदि अनेक रोगों की भी अक्सीर है।

द्रव्य—गोदन्ती हरताल ८ तोला, देशी अजवायन ४ तोला, नौसादर १ तोला, फिटकरी १ तोला, घीग्वार का गूदा ४ सेर मिट्टी की हांडी १ नग, उपले १६ सेर।

विधि—हांडी में पहिले २ सेर पक्का घीग्वार का गूदा डालें। और फिर उस पर आधी अजवायन बिछा दें और फिर नौशादर व फिटकरी की दुकड़िया बनाकर रखें। और फिर गोदन्ती हरताल के टुकड़े रखकर ऊपर शेष अजवायन डालकर घीग्वार का गूदा डालें और हांडी के मुंह को मिट्टी से कपरौटी करके भूमि के अन्दर गढ़ा खोदकर १०-१६ सेर उपलों की आग दें। हरताल के टुकड़े धवल श्वेत और फूले हुए प्राप्त होंगे। बारीक पीसकर शीशी में सुरक्षित रखें और आवश्यकता के समय निम्न विधि से काम में लाएं। परम लाभप्रद और तत्काल प्रभावक योग है।

सेवन विधि—मात्रा १ रत्ती से २ रत्ती तक अर्क सौंफ या पोदीना के साथ दें। हर प्रकार के ज्वर व खांसी के लिए परम लाभप्रद है।

भस्म सेलखड़ी वर्किया

सेलखडी आवश्यकतानुसार लेकर गौदुग्ध मे अति सूक्ष्म पीस कर २-२ तोले के गोले बनाकर शुष्क करलें और १० सेर उपलों मे आग देवें। मात्रा २ माशा २-२ घंटे के बाद उचित शर्बत के साथ। ईश्वरेच्छया एक ही दिन में ज्वर दूर हो जायगा।

स्वादिष्ट चटनी का योग

बड़ी दाख २ तोले में से बीज निकाल लें और उन बीजों की संख्या के बराबर उनमे काली मिर्चें डाल कर खूब घोंटें। भली प्रकार घुट जाने पर उसमे पाव भर पानी डाल कर मन्द २ आंच पर पकाए। जब सारा पानी जलकर गाढ़ा सा कवाम हो जाय, तो उतार कर नजला जुकाम और सिर पीड़ा के रोगी को समोष्ण ही चटाए और रोगी को आदेश करदें कि वह अपने सारे शरीर पर लिहाफ ओढ़ कर दवा को चाटे। बस थोडी देर में ही पसीना जारी होकर प्रतिश्याय वा सिर पीड़ा से मुक्ति मिल जायगी। किन्तु ठन्डी हवा और ठंडे पानी से बचाव रखें।

तत्क्षण प्रस्वेदक अन्य योग

एन्टीफेब्रीन और फिनास्टीन यद्यपि पसीना लाकर ज्वर उतार देने मे अति प्रभावक है, किन्तु इनमे एक बड़ा भारी दोष है, जिसे आज तक दूर नहीं किया जा सका वह यह कि

इनके सेवन से हृदय दुर्वल हो जाता है। किन्तु निम्न प्रयोग से न हृदय दुर्वल होता है और न किसी अन्य हानि की ही शंका है, अपितु हृदय को शक्ति देता है। और फिर विशेषता यह, कि ज्वर तत्काल उतर जाता है। बनाए और परीक्षा करें। सम्भव है कि सौंफ से किसी प्रकार का सत्व लेकर हमारे वैद्य भी काम लेने लगें। वरन् मैं तो राय दूंगा कि वे अवश्य ऐसा करें। क्योंकि यह आविष्कार एक उत्तमोत्तम और हानि रहित अक्सीर होगा।

योग—२ तोला सौंफ को लोहे के तवे पर डालकर तनिक भून सा लें, और गरम २ को ही लेकर १ तोला मिश्री मिलाकर कूंडे मे डालकर कूट लें और फौरन रोगी को गर्मा गर्म ही खिलाकर ऊपर से गर्म पानी पिलादें। साथ ही रोगी को उपरोक्त दवा खिलाकर आदेश करदें कि वह कपडा ओढ़ कर लेट जाय बस थोडी देर मे ही पसीना जारी होकर ज्वर उतर जायगा।

भस्म शोरा व नौशादर

(जिससे आध घन्टे मे पसीना आकर व पेशाब आकर ज्वर उतर जाता है)

'दौलत कमाने की कल' नामक प्रसिद्ध पुस्तक में लेखक महोदय ने लिखा है.—कि मैं और एक मेरा दोस्त गुल्ले बका-वली बाग की सैर को जा रहे थे, कि मार्ग मे हमारे साथी को अति तीव्र ज्वर हो गया। मैंने उसको बाग मे लिटा दिया। सोच

में था, कि क्या किया जाय ? इतने में वहाँ एक साधू आ निकले उन्होंने मुझे चिन्ताग्रस्त बैठा देखकर मुझसे पूछने लगे—बाबा ! इसको क्या हो गया है ? मैंने बताया साईं जी, इसे बहुत तेज बुखार हो गया है। जिससे यह बेहोश हो गया है। यह सुनकर साधु महाराज वहीं बैठकर हमारे साथी को देखने लगे, और देखकर कहा कोई चिन्ता की बात नहीं। ईश्वर ने चाहा तो अभी ज्वर उतर जायगा। फिर उन्होंने अपने पास से २ रत्ती दवा निकाल कर खिलाई। दवा देने के आध घंटे बाद ज्वर उतर गया। मैंने साईं जी से बड़ी नम्रता से दवा के बारे मे पूछा, तो वे बताने मे टालमटोल करने लगे और जाने को तैयार हुए। मैंने बडी कठिनाई से उन्हें बिठाया और उन्हें आठ रुपए, दिए। तब कहीं जाकर उन्होंने बताया। आज मे कई साल से इसे सैकडों रोगियों पर बरत रहा हूँ, यह योग कभी नहीं चूका।

योग—नौशादर १ तोला, कलमी शोरा १ तोला, आक का दूध ४ तोला।

निर्माण विधि—नौशादर और कलमी शोरा को किसी लोहे की कड़छी में डालकर कोयलों की तेज आग पर रखकर उसमे थोड़ा २ आक का दूध डालकर लोहे की सींक से हिलाते जावे जब दवा से धुवां निकलने लगे, और किनारे काले पडने लगें, तो फिर और दूध डाल कर हिलाओ। साराश यह कि इसी प्रकार सारा दूध शोषण करदें। जब धुवा अधिक उठने लगे, तो कड़छे को उतार लो और जब धुवां उठना बन्द हो जाय फिर

आग पर रख दो। २-४ वार ऐसा करने से सारा दूध शोष्ण होकर शुष्क हो जायगा। ठंडा करके शीशी में सुरक्षित रखें।

मात्रा--२ रत्ती लगभग ३ माशा। खांड में मिलाकर गर्म पानी के दो घूंट के साथ दें।

देशी ऐस्प्रीन

जिससे अत्यल्प काल मे सिर पीडा व ज्वर दूर हो जाता है।

योग--गौदन्ती हरताल भस्म १० तोला। (जो कि आक के दूध मे तैयार की गई हो) कलमी शोरा २ तोला, लोभान का सत्व १ तोला।

मात्रा—४ रत्ती से १ माशा तक एस्प्रीन और फिनिस्टीन के समकक्ष औषधि है।

नोट--इसी प्रकार के दूसरे योग इसी पुस्तक मे आगे दिए गए है। वहां देखें।

लाखों बार के अनुभूत-मलेरिया नाशक

आयुर्वेदिक योग

ज्वरघ्नी गुटिका

द्रव्य तथा विधि--शुद्ध पारा १ तोला, मुसबर, फुल्फल दराज पोस्त हलीला जर्द, अकरकरहा, सिर्रों के तेल मे शुद्ध गधक आमला सार, तुख्म खजुल प्रत्येक ४-४ तोला यथा विधि समस्त औषधियों को मिलाकर इन्द्रायण के फलों के रस मे खरल करके ४-४ रत्ती की गोलियां बनालें। यदि किसी कारण वश इन्द्रायण के ताजा फल प्राप्त न हो सकें तो ५ छटाक इन्द्रायण के बीज सवा सेर पानी में मन्द २ आंच पर पकावें। जब चतुर्थांश शेष रह जाय, तो उसे छानकर समाल लें और उपरोक्त औषधियों को इसी क्वाथ से खूब खरल करें। जब सारा क्वाथ उसमे शोषण हो जाय, तो फिर ४-४ रत्ती की गोलियां बनालें।

मात्रा व सेवन विधि---प्रात.साय २-२ गोलिया अर्क गिलोय, अदरक के रस या गुनगुने पानी के साथ दें।

लाभ---शार्ङ्गधर, रस प्रकाश, सुन्दर, रस काम धेनु रस राजसुन्दर योग रत्नाकर और बृहद् निघटु रत्नाकर मे लिखा है, कि इसके सेवन से हर प्रकार के मौसमी ज्वर दूर हो जाते हैं।

विशेष गुण--जब मलेरिया ज्वर आदि के साथ कोष्टबद्धता हो, तो इसके सेवन से कोष्टबद्धता दूर होकर चढ़ा हुआ ज्वर तत्काल उतर जाता है। ज्वर से पूर्व देने मे ज्वर रुक भी जाता है। यदि मलेरिया के कारण रोगी के यकृत व प्लीहा वृद्ध गए हों, और थोड़ा २ ज्वर रहता हो, तो इसके सेवन से परम सन्तोष जनक लाभ प्राप्त होता है।

त्रिभुवन कीर्ति रस

द्रव्य तथा विधि--शिंगरफ शुद्ध, वच्छनाग मुद्धविर, फुल्फल गिर्द, फुल्फल दराज, जजबील, सुहागा भुना हुआ, पीपलामूल, सब द्रव्यों का उचित परिमाण मे लेकर विधिवत एक जान करके तुलसी का रस, अदरक का रस, धतूरे के पत्तों का रस की तीन-तीन भावनाए देकर १-१ रत्ती की गोलियाँ बनालें।

मात्राव सेवन विधि--१-१ गोली अदरक के रस या तुलसी के रस अथवा सादा पानी से ३-४ घटे के अन्तर से दिया करें। यह पूरी मात्रा है। बच्चों को सारे दिन मे केवल १ रत्ती दें।

लाभ--योग रत्नाकर मे लिखा है कि इसके सेवन से तेरह प्रकार से सन्निपात ज्वर तथा अन्य हर प्रकार के ज्वर दूर हो जाते हैं।

विशेष लाभ--यह रस प्रत्येक ज्वर मे तथा प्रत्येक अवस्था मे प्रयुक्त व लाभप्रद है। किसी भी ज्वर मे जबकि ज्वर अति

तीव्र हो, तो इसके देने से पसीना आकर कम हो जाता है और रोगी की घबराहट, बेचैनी, जोड़ों की पीड़ा दूर होकर ज्वर दूर हो जाता है। बशर्ते कि कोष्ठबद्धता न हो। यदि कब्ज हो तो पहिले कोई दवा देकर उसे दूर कर लेना चाहिए। ज्वरागमन से पूर्व दे देने से ज्वर चढ़ने नहीं पाता। किन्तु इससे लाभ धीरे २ होता है। मियादी ज्वर के प्रारम्भिक दो सप्ताहों मे इसका सेवन लाभप्रद है। इससे रोगी को अजीर्ण या पेट शूल नहीं होता और दूध सुगमता से पच जाता है। यदि दाने भली भांति न निकले हों तो इसे निर्बीज मुनक्के मे लपेट कर खिलाना चाहिए। ऊपर से गरम पानी के कुछ घूट पिला देने से दाने आसानी से निकल आते हैं। निमोनियां की प्रारम्भिक दशा मे भी यह लाभप्रद है। सारांश यह कि हर प्रकार के ज्वर व आन्तरिक शोथ को दूर करता है।

ज्वरारि अभ्रक

द्रव्य तथा विधि—श्यामाभ्रक भस्म, ताम्रभस्म, शुद्धपारा, शुद्ध गंधक आमलासार, वच्छनाग मुदविर, १-१ तोला धतूरे के बीज मुद्दविर २ तो०, त्रिकुटादि ५ तोला लें।

पहिले पारा व गंधक की कज्जली तैयार करें। फिर अन्य द्रव्यों को यथा विधि मिलाकर अदरक का रस डालकर एक दिन तक खरल करते रहें। फिर रत्ती २ की गोलियां बनालें।

मात्रा व सेवन विधि—मात्रा १ रत्ती से २ रत्ती तक और बच्चे को ½ रत्ती से १ रत्ती तक दिन मे तीन बार शहद, अर्क

सोंफ या पानी से दें। मलेरिया ज्वर की दवायें ज्वरागमन से एक घंटा पूर्व, तीनों मात्राए दे देनी चाहिए।

गुण तथा लाभ—रसेन्द्रसार संग्रह, रस राज सुन्दर, रस चन्द्राम्बएड, भिषज रत्नावली मे लिखा है, कि यह हर प्रकार के ज्वर अर्थात वात पित्त, कफ और सन्निपात ज्वर, मलेरिया प्लीहा, यकृत, वायु गोला, सूजन, हिचकी, श्वास, कास, कोष्ट-बद्धता, अरुचि आदि रोगों को इस प्रकार नष्ट कर देती है, जिस प्रकार बिजली पेड़ों को नष्ट भ्रष्ट कर देती है।

विशेषताए—ये गोलियां हर प्रकार के मलेरिया ज्वर के लिए असीम लाभप्रद हैं। विशेषकर पुराने मलेरिया के लिए तो अक्सीर है। एक दो दिन के सेवन से मलेरिया ज्वर दोबारा नहीं चढ़ता है। मियादी ज्वर के साथ यदि मलेरिया भी हो, तो यह परम लाभ पहुंचाती हैं और यदि ज्वर के साथ खांसी भी होती है, तो यह खांसी को अति शीघ्र दूर कर देती हैं। परीक्षा करके लाभ उठाएँ।

रसमणिक

रसेन्द्रसार संग्रह और भिषज रत्नावली मे इसके तैयार करने की पूरी विधि इस प्रकार अंकित है.—

हरताल वर्किया को पेठा के रस और खट्टे दही में पृथक २ सात २ या तीन २ बार दौलायन्त्र द्वारा पकाकर शुद्ध करलें, फिर उसे खरल मे डालकर जौ कुट करलें। अब एक मिट्टी के साफ

सकोरे मे श्वेताभ्रक के एक बड़े टुकडे को रखकर उसपर हरताल वर्किया के जौकुट किये हुए टुकड़े बिछादें और उन्हें अभ्रक के दूसरे टुकडे से ढांप दें। तथा सकोरे को दूसरे सकोरे से किनारे मिलाकर बेर के पत्तों की लुगदी से भली प्रकार बन्द करके चूल्हे पर चढा कर इतनी आग दें कि निचला प्याला नीचे से सुर्ख हो जाय। अब उसे सावधानी से उतार लें और ठडा होने पर सावधानी से खोलकर उसमें से लाल रग की चमकीली सी वस्तु प्राप्त करलें। बस यही रस माणिक है और यह है वह विधि जिससे रस माणिक तैयार होता है। लेकिन आधुनिक वैद्यों ने उपरोक्त विधि के कई दोषों को दृष्टिगत रखते हुए इसे बनाने की एक दूसरी विधि निकाली है, जो कि उपरोक्त विधि से उत्तमतर व सुगमतर है। इसके अतिरिक्त इस विधि से बनाने में भी उसके गुण वही रहते हैं अस्तु अब नई विधि अधिक प्रचलित है, जो कि निम्न प्रकार है :—

रसेन्द्रसार संग्रह की उक्त विधि के अनुसार पहिले हरताल वर्किया को शुद्ध करके इसका चूर्ण—जो कि अधिक सूक्ष्म न होकर दरदरा हो, बनालें। फिर २-3 मा० चूर्ण की श्वेताभ्रक के एक टुकड़े पर तह बनाकर उसके ऊपर उसी प्रकार का अभ्रक का और टुकड़ा जमादें और फिर २-४ दहकते हुए कोयलों पर उन्हे रखकर धीरे २ पखा झलते रहें। गर्मी पहुंचने पर हरताल का धुवां निकलने लगता है और वह शुष्क द्रव्य नरम होकर पिघलने लगता है और रग भी पीले के बजाय लालामी पर आने लगता है। जब दवा पिघल जाय, तो

अभ्रक के टुकड़ों को चिमटे से निकाल कर अंगारों पर से हटालें, और ठंडा होने पर दोनों अभ्रक के टुकड़े पृथक करके सिंगरफ की भांति लाल रंग की चमकीली दवा संभाल कर रखलें। बस आधुनिक विधि से यही रत्नमणिक है। इसी प्रकार जितना चाहे, हरताल वर्किया से तैयार करलें।

मात्रा व सेवन विधि—१-२ रत्ती प्रात सायं घी व शहद में मिलाकर चटाए।

लाभ—रसेन्द्रसार संग्रह आदि में लिखा है कि ईश्वर को स्मरण करके सेवन करने से कोढ़ दूर हो जाता है। साथ ही इससे फूटा हुआ व गलता हुआ कोढ़, वातरक्त, भगंदर, नासूर, क्षत, उपदंश, व छाजन, नासिका रोग, गहरे घाव, चर्म दल व विस्फोट आदि दूर हो जाते हैं।

विशेषताएं—यह प्रथम श्रेणी की रक्त शोधक औषधि है। खुजली आदि के लिए रामबाण है, फुलबहरी के रोगियों के लिए भी परम लाभदायक है। चार पांच मास के निरन्तर सेवन से फुलबहरी के रोगी स्वस्थ हो जाते हैं। किन्तु इस दवा को १०-१२ दिन खिलाकर एक दो दिन का नागा अवश्य करना चाहिए। क्योंकि इसमें सोमल का तत्व होता है और निरन्तर सेवन करने से विषाक्त प्रभाव हो जाने का भय रहता है। इसके अतिरिक्त हमारे अनुभव से यह दवा हर प्रकार के मलेरिया ज्वरों के लिए भी परमलाभदायक है। ज्वरागमन से दो घंटे पूर्व इसकी दो मात्राएं २-. घंटे के अन्तर से शहद में चटाएं।

प्रथम तो उसी दिन ज्वर उतर जायगा, नचेत दूसरे दिन भी सेवन करें। ईश्वर कृपा से निश्चय ही लाभ होगा। आमतौर पर ज्वर दूर करने के लिए दो तीन दिन से अधिक किसी भी रोगी को देने की आवश्यकता नहीं पड़ती। साथ ही यह खुश्क तासीर की दवा है, अस्तु इसके सेवन काल मे घी मक्खन आदि खूब खिलाएं।

नोट—उपरोक्त गुणों के अतिरिक्त हमने रसमणिक को खांसी के लिए भी अक्सीर पाया है। विशेषकर एक अवसर पर तो हम इसके दिव्य गुणों पर मुग्ध ही हो गए। एक हाजी जी भयङ्कर खांसी में ग्रसित हो गए, यहां तक कि उनके जीवित रहने की भी आशा न रही। उस अवसर पर ईश्वर भरोसा रखकर रसमणिक की आधी रत्ती प्रात साय शहद मे चटानी प्रारम्भ कर दी। ईश्वरेच्छया गिनती के दिनों मे ही कष्ट दूर हो गया।

सुदर्शन चूर्ण

हर प्रकार के ज्वरों, विशेषकर मलेरिया के लिए

आयुर्वेद का सुविख्यात योग

आयुर्वेद जगत मे यह योग अपने अद्वितीय गुणों के कारण अत्यधिक प्रख्यात है और बडे २ वैद्य इसे बनाकर अपने औषधालय मे रखते हैं। क्षय के सिवा हर प्रकार के ज्वरों के लिए इसे उचित अनुपान से सेवन किया जा सकता है और

मलेरिया ज्वर के लिए तो जहां भूख न लगती हो, तिल्ली व यकृत बढ़ गये हों, और कुनैन भी निष्फल सिद्ध हो चुकी हो, यह चूर्ण हथेली पर सरसों उगाकर दिखा देता है। इसके अतिरिक्त मलेरिया से उत्पन्न होने वाली दुर्बलता आदि विकारों को दूर करने के लिए भी एक अनुपम औषधि है।

द्रव्य तथा योग—पीला हर्लीला जर्द, पीत हर्लीला, आमला, मुनक्की, हल्दी, दारू हल्दी, कटियारी खुर्द, कटियारी कला, कचूर, सोंठ, काली मिर्च, कुल्कुलदराज, पीपलामूल, गिलोय, धमांसा कुटकी, मरोड़फली, नागरमोथा, शाहत्रा, अपामार्ग, वनफशा, मुलहठी छिली हुई, रसवतनीम, कुड़ा छाल, सोंठ इन्द्र-जा, भारंगी, देशी अजवायन, सुहांजना के बीज, फिटकरी लाल भुनी हुई, पत्र, पद्माख, श्वेत चन्दन, दालचीनी, अतीस, खुरैंटी, शालपर्णी, वायविडंग, अगर, चित्रा की जड़ की छाल, दयार का बुरादा, पोया, पटोलपत्र, ऋषभक उदयक, लौंग, तबाशीर कटोल के फल, काकोल, तेजपत्र, जावित्री, तायस्पत्र, चिरायता।

परिमाण—उपरोक्त औषधियां समभाग, चिरायता सबके परिमाण से आधा।

नोट—इसी योग के कोई २ द्रव्य आजकल अप्राप्य या कम से कम दुष्प्राप्य है। शालपर्णी और पृष्ठपर्णी देहरादून और सहारनपुर के बड़े २ औषधि विक्रेताओं से मिल सकती हैं। ऋषभक और उत्रमक के स्थान पर बहार कुन्द डालें अन्यथा ये वस्तुएं भी देहरादून और सहारनपुर की ओर मिल जाती हैं।

काकोली भी मिलती है, यदि अप्राप्य हो तो उसके स्थान पर मुलहठी डालें। चोया न मिले, तो उसके स्थान पर पिपलामूल डालना चाहिए। पदमाख एक लकड़ी है और इसी नाम से मिल जाती है। देहली मे प्राय मिलती है। सुंहाजने के बीज आम तौर पर मिलते हैं न मिलें, तो उनके स्थान पर सुंहांजने की छाल डालें। आमला मुनक्की से अभिप्राय बीज निकाला हुआ आमला है।

निर्माण विधि--प्रथम ५२ औषधियों को समपरिमाण लेकर खूब कूट पीस व छान लें। यदि ये सब १-१ तोला हों तो उनसे आधे परिमाण में अर्थात् २६ तो० चिरायता कूट पीसकर उनमे मिलादें। बस सुदर्शन चूर्ण तैयार है।

मात्रा व सेवन विधि--युवा व्यक्ति के लिए इस चूर्ण की मात्रा ३ मा०, बच्चों व बूढ़ों के लिए आयु व शक्ति के अनुसार न्यूनाधिक करलें। चढे हुए ज्वर मे गर्म पानी से दें, तो प्राय पसीना आकर ज्वर उतर जाता है। २४ घटे में ४-५ मात्राएं दी जा सकती हैं। अनुपान ज्वर की किस्म और रोगी की दशा के अनुसार जैसा चिकित्सक निर्धारित करलें।

सूचना--(१) यह चूर्ण अति कटु होता है, अस्तु इसे किसी मीठी चीज मे डालकर दिया जाय, तो कोमल प्रकृति रोगी भी आसानी से सेवन कर सकेंगे।

(२) इसी चूर्ण की प्रसिद्ध विधि से अर्क भी निकाला जा सकता है जो ज्वरों के लिए परम लाभप्रद सिद्ध होता है।

देहाती योगावली

यहां हम कुछेक ऐसे शतशोनुभूत योग अंकित करते हैं, जो कि 'देहाती फार्मेसी मु० पो० कामन, जिला गुडगांवां' में प्रतिदिन असंख्य रोगियों पर प्रयोग किए जाते हैं, और परम लाभप्रद सिद्ध हुए हैं। प्रत्येक योग लाख २ रुपए का है, जिन्हें अन्य व्यक्ति सरलता से प्रकट नहीं कर सकता था।

देहाती घुड़चढ़ी

३६० रोगों के लिए वैद्यक की प्रशंसित गोलियां नामकरण–जिस प्रकार घोडे का सवार अति शीघ्र अपने लक्ष्य पर पहुँच जाता है, उसी प्रकार इन गोलियों के सेवन से ईश्वर कृपा से रोगी अति शीघ्र स्वास्थ्य को प्राप्त होता है। अस्तु देहाती फार्मेसी के पूज्य वैद्यराज ने इसका नाम 'देहाती घुडचढी' रक्खा है।

चूंकि इस विस्मयोत्पादक औषधि के अनेक योग मिलते हैं, अस्तु हम अपनी समझ से चुना हुआ सर्वोत्तम योग अंकित करते हैं।

द्रव्य तथा विधि—शुद्ध पारा, शुद्ध गंधक, पोस्त हलीला जर्द पोस्त हलीला, आँवला, सोंठ, काली मिर्च फुल्फल दराज, नागर मोथा, रेवन्द चीनी, अकरकरहा, प्रत्येक ३-३ तोला, चीता, हरताल वर्किया, वेशमुदबिर, महामैदा, सुहागा भुना हुआ, नमक लाहौरी प्रत्येक तोला २, हब्बे उल्मलूकमुदबिर ८ तोला।

पहिले पारा गधक को खरल मे डालकर निरन्तर ६ घंटे खरल करें ताकि अत्युत्तम कज्जली बन जाए। तत्पश्चात् समस्त औषधियों को पृथक २ बारीक पीसकर मिलालें, और उसमे भंगरे के हरे पत्तों का रस डाल कर खरल करते रहें। यहा तक कि पूरे ४० घटे खरल हो जाए। बस अब मोंठ के दाने बराबर गोलियां बना लें। बस यही 'देहाती घुडचढ़ी' है।

सेवन विधि--चूंकि ये गोलिया विभिन्न अनुपानों से सेवन कराई जाती है, अस्तु नीचे हम विवरणात्मक वर्णन करते हैं :—

१. आधाशीशी पीडा--१ गोली खिलाकर ऊपर से एक तोला त्रिफला का चूर्ण फकाए और एक गोली कडुवे तेल मे घिस कर लगाए।

२ अपस्मार (मृगी)—१ गोली, काली मिर्च १ माशा के साथ पीसकर नस्यवत् रोगी की नाक में फूंक दें, दौरा रुक जायगा।

३ प्रतिश्याय (नजला व जुकाम)—३ माशा सोंठ के साथ एक गोली खिलाए।

४ नेत्र-पीडा--१ गोली आँवला और श्वेत जीरा के साथ पानी से पीसकर आख पर लेप करें।

५ नाखूना—१ गोली आँवला और श्वेत जीरा के साथ पीस कर पानी से आखो मे लगाए। अर्थात् पानी मे भिगोकर लगादें।

६. शवकोरी—१ गोली थूक में घिसकर सलाई से तनिकसी आँख पर लगाए।

७. मुख की दुर्गन्धि—१ गोली ६ माशा गुड़ के साथ खाकर ऊपर से अदरक या पान खाएं।

८. दन्त पीडा--१ गोली छोटी कटाई के साथ चटाएं और दाँत पर मलें।

६. सन्निपात--१ गोली दारु फुल्फुल के साथ पानी में घिस कर आँख मे लगाए।

१०. वमन—१ गोली तिगुनी हींग मे मिलाकर तनिक गर्म करके खिलाएं।

११. तृषा – १ गोली १ माशा काला जीरा के साथ खिलाए।

१२. पाचन क्रिया--ठीक करने के लिए १ गोली १ माशा देशी अजवायन के साथ खिलाए।

१३. कोष्ठबद्धता—रोगी को पहिले तीन दिन खिचडी खिलाकर चौथे दिन शक्ति अनुसार गोलियां खिलाकर ऊपर से ठडा पानी पिलाए। यदि दस्त कम आएं, तो खांड का शर्बत बर्फ डालकर पिलाएं।

१४. अतिसार—रोकने के लिए १ गोली गर्म पानी से दें।

१५. रक्तातिसार मे—१ गोली गाय की छाछ के साथ दें।

१६ पेचिश—१ गोली ३ माशा सोंठ के चूर्ण के साथ कुछ दिन तक खिलाए।

१७. उदर-कृमि—१ गोली अदरक के रस के साथ तीन दिन द।

१८. कटि-पीड़ा—१ गोली ५ लौंगों के साथ खिलाकर ऊपर से अदरक खिलाए।

१९. पथरी मूत्राशय—१ गोली कुल्थी के स्वरस से दें।

२०. पथरी वृक्क—१ गोली पखान वेद के साथ दें।

२१. ऋतु दोष—१ गोली मुर्गी के अण्डे के साथ खिलाकर ऊपर से मुहरात पिलाए।

२२. कोष्टबद्धता—१ गोली सोंठ या पान के साथ खिलाएं।

२३. धातुक्षीण—१ गोली थोडे से वंशलोचन के साथ खिलाकर ऊपर से त्रिफला क्वाथ पिलाए।

२४. प्रमेह—१ गोली बकरी के दूध के साथ कुछ दिन खिलाएं संभालू के पत्तों के रस के साथ भी लाभप्रद है।

२५ सुद—१ गोली पहिले खाकर ऊपर से अर्क बादियान या गुलकंद मे थोड़ा सा तेल बादाम अधिक मिलाकर दें।

२६. बवासीर बादी—१ गोली ३ माशा शीरा कासबेल के साथ सात दिन तक खिलाएं। यदि बवासीर खूनी हो, तो कशनीज के चूर्ण के साथ दें।

२७ ज्वर में—१ गोली सतगिलोय या अलसी के तेल से दें।

२८. तृतीयक ज्वर—१ गोली २ माशा श्वेत जीरा के साथ बारीक करके ७ माशा श्वेत शक्कर के साथ बारीक करके दे सात दिन तक ऐसा करें। यदि मादा बलगमी हो, तो पीपल बढ़ाएं।

२९. पित्त ज्वर—१ गोली कशनीज के चूर्ण के साथ पहिले खिलाकर ऊपर से खुरफे के बीजों का रस और शर्बत नीलोफर पिलाए ।

३०. कम्प ज्वर—१ गोली लौंग के साथ दें ।

३१ नासूर—१ गोली और बिल्ली की हड्डी दोनों पत्थर पर घिसें और व्रण स्थान पर लगाएं ।

३२. व्रण जलन—१ गोली आंवला के ताजा रस के साथ पत्थर पर घिसकर व्रण स्थान पर लगादें ।

३३. उपदंश—१ गोली बारीक पीसकर १ तोला नीम के पत्तों के चूर्ण के साथ खिलाएं । खट्टी मीठी व हानिकर वस्तुओं से परहेज ।

३४. कुष्ठ रोग—कौंच के बीज और धतूरे के बीज सम परिमाण चूर्ण करके ३ माशा चूर्ण के साथ १ गोली मिलाकर दें । इसका सेवन २० दिन तक करना चाहिए ।

३५. पाण्डु रोग—१ गोली ७ माशा मेथी के बीजों के चूर्ण के साथ सात दिन तक खिलाए ।

३६ हब्बा रोग—१ गोली शीरा बादियान के साथ दें, या मां के दूध मे घिसकर पिलावें ।

३७. मूत्रावरोध—१ गोली शीरा श्वेत जीरा के साथ दें । सोंठ के चूर्ण और पान के साथ देना भी लाभकर है ।

३८. वामनपन—१ गोली कपूर वटिका के साथ देने से यह दोष दूर हो जाता है ।

४९. इन्द्रिय-शिथिलता—१ गोली मुर्गी के अण्डे की श्वेतता में घिस कर जननेन्द्रिय पर तिला करें।

५०. सर्प दंश—प्रत्येक गोलियां चार्जित करके दंशित स्थान पर पन्ने लगाकर यह चूर्ण मलें।

५१. चालनी पलक—१ गोली ८ मा० पुनर्नवी के साथ आंवले के पानी में घिसकर पलकों पर लेप करें।

५२. ग्रन्थि-दंश—एक गोली सोंठ के रस में घिसकर लेप करें।

नोट.—सभी दवाई गोलियां 'देहाती फार्मेसी' से ?) दर्जन मिल सकती हैं। पता पुस्तक के मुख पृष्ठ पर देखें।

असाधारण योग भण्डार

अर्थात्

वे समस्त अनुभूत योग

जो देहाती फार्मेसी, मु० पो० कासन, जि० गुड़गांवां, में तैयार होकर असंख्य रोगियों पर अनुभूत हैं।

निवेदन

इसके पूर्व, कि हम वे सारे असाधारण योग आपको भेंट करें, जोकि आज तक कभी निष्फल नहीं हुए, यह बता देना चाहते हैं, कि मलेरिया ज्वर कई प्रकार के होते हैं, अतः यदि एक औषधि प्रभाव न करे, तो दूसरी प्रयोग करनी चाहिए। यूं तो आजकल मलेरिया पर अच्छी २ दवाएं भी असफल हो रही हैं, किन्तु हम आपको चुने हुए अचूक योग ही भेंट करते हैं।

अनुभव बताता है कि मलेरिया के रोगियों को यदि पहिले कोई जुलाब दे दिया जाय, तो औषधियां अधिक प्रभाव दिखाती हैं। अत: पहिले हम कुछ उत्तम विरेचन-योग लिखते हैं, जो मलेरिया पर विशेष रूप से लाभदायक हैं।

मलेरिया ग्रस्त रोगियों के लिए कोष्ठ बद्धता निवारक और रेचन लाने वाली औषधियां

'देहाती घुड़चढ़ी'

ये गोलियां वैद्यक की वे प्रशंसित गोलियां हैं, जिनकी ख्याति का डंका सारे देश में बज रहा है। इनसे न केवल यह, कि मलेरिया ग्रस्त रोगी को कुछ दस्त आकर विषाक्त द्रव्य (जिन्हें डाक्टर लोग मलेरिया के कीटाणु बताते हैं) निकल कर प्रायः अवस्थाओं में लाभ हो जाता है, अपितु और भी अनेक रोगों के लिए यही गोलियां अक्सीर सिद्ध हो चुकी हैं। ज्वर ग्रस्त रोगी की आयु व शक्ति के अनुसार उसे लगाकर १०-१२ गोलियों तक, मिश्री के शर्बत या ठंडे पानी से देने से कब्ज दूर हो जाती है।

नोट—इसका योग गत पृष्ठों पर लिखा जा चुका है।

चमत्कारी रेचन (मेवों वाला)

गत दिनों हम वैद्यक की सुप्रसिद्ध औषधि 'इच्छा भेदी रस' तैयार कर रहे थे कि अचानक एक स्वामी जी पधारे। वे महान साधू और कुशल वैद्य भी थे। मैंने उनसे पूछा कि आपके विचार से 'इच्छा भेदी रस' से उत्तम और कोई विरेचन है या नहीं? कहने लगे—हमने तो जुलाब के पचासों योग बना देखे। अन्त में एक जुलाब सन्तोषजनक मिला। जिसकी तुलना में 'इच्छा भेदी रस' कोई वस्तु नहीं है। अति सुगम, नितान्त हानि रहित, और अमीराना। पूछने पर उन्होंने निम्न योग बताया :—

योग--हब्बे उलमलूक मुदविर १ तो०, नारियल की गिरी १ तोला, बादाम १ तो०, पिस्ता ६ मा०, चिलगोजे की गिरी ६ मा०, छोटी इलायची ६ मा० । पहिले हब्बे उलमलूक को अति सूक्ष्म पीसें, फिर बादाम, फिर नारियल शेष तीनों औषधियों को पृथक २ खरल करके मिला लें और फिर अति सूक्ष्म पीसकर चीनी या कांच की शीशी में रख लें । मात्रा—२ रत्ती मिश्री के शर्बत के साथ दे । साथ ही स्मरण रहे कि रोगी धूप में न निकले ।

ज्वर-विरेचन

त्रिफला आवश्यकतानुसार कूट कर प्रस्तुत रखें और जब रोगी को जुलाब देना हो, तो ३ तो० चूर्ण पावभर पानी में उबालें जब आधा पानी शेष रहे, तो छानकर थोड़ा नमक मिलाकर रोगी को पिलाए । इससे एक दो दस्त बहुत दुर्गन्धियुत आएंगे और ईश्वर कृपा से ज्वर उतर जायगा । या कम से कम हल्का हो जायगा । चूंकि तनिक स्वाद कटु है, अत. कोमल प्रकृति वाले रोगी नहीं पी सकते ।

अन्य विरेचन

यह विरेचन कोष्ठबद्धता दूर करने के लिए परम लाभप्रद है । अतः ज्वर-रोगी को जब कोष्ठ-शुद्धि की आवश्यकता हो, तो इस योग को काम मे लाएं ।

योग—गुलाब के फूल १ तोला, वनफशा के फूल १ तोला, कद्दू की गिरी ६ मा०, सनाय की पत्ती ३ मा० सबको डेढ़ पाव या

आधा सेर पानी में घोंट छानकर ४ तो० तुरंजबीन खुरासानी मिलाकर दोबारा छानकर पिलाएं। यदि शीतकाल हो, तो इसे तनिक गर्म करके पिलाएं इससे २-३ दस्त आकर तबियत हल्की और साफ हो जाती है।

चढ़े हुए मौसमी ज्वर को उतारने वाले योग

कुछ योग इसी पुस्तक के गत पृष्ठों पर 'एन्टीफेब्रीन व फिनास्टीन की समकक्ष औषधियां' के शीर्षकांतर्गत लिखे जा चुके हैं, शेष ज्वरहारक व प्रस्वेदक योग नीचे अंकित किए जाते हैं।

लाल शक्करी चूर्ण

जिससे अधिकांश रोगियों का ज्वर आधे घंटे में पसीना आकर उतर जाता है।

यह योग मौसमी के अतिरिक्त बारी के लिए भी लाभप्रद है। मैंने इसे सैंकड़ों रोगियों पर अनुभव किया है। जिसे मैं 'अक्सीर ज्वर' के नाम से अत्तारों को बेचता रहा हूँ। यदि इस दवा को ज्वरागमन से पूर्व दे दिया जाय, तो ज्वर रुक जायगा। यदि चढ़े ज्वर में देदें, तो ईश्वर कृपा से पसीना आकर उतर जायगा।

योग—भुनी हुई फिटकरी २ तोला, गेरु २ तोला, शकर ५ तोला, बारीक पीसकर मिलालें।

मात्रा—१ माशा से २ माशा तक।

सेवन विधि—वही है जो प्रारम्भ में बताई गई है। अर्थात् ज्वरागमन से घंटे दो घंटे पूर्व देदें, तो चढ़ने से रोकता है। यदि

चढ़े हुए ज्वर में देना हो, तो सौंफ के क्वाथ से घंटे २ के अन्तर से देते रहें, दिन में ३ बार।

नौशादरी आक चूर्ण

जो कि ज्वर के मवाद को पसीना और मूत्र द्वारा निकाल देता है।

योग—आक की जड का छिलका २ तोला, कलमी शोरा ४ तोला, अजवायन ४ तोला, नौशादर ४ तोला, सूक्ष्म पीसकर मिलालें।

मात्रा—एक माशा से ४ मा० तक गर्म चाय या गर्म पानी से दें। पसीना आकर ज्वर उतर जायगा, या मूत्र जारी होकर। अच्छी लाभप्रद वस्तु है।

स्वादिष्ट चूर्ण—"तपतोड़"

यह चूर्ण भी एक विशेष योग है। चूंकि ज्वर के रोगी कड़ुवी कषैली और गर्म वस्तुओं से बहुत घबराते हैं, किन्तु विवश हो खानी पडती हैं। किन्तु यह दवा लाभदायक होने के अतिरिक्त स्वादिष्ट और शान्तिप्रद भी है, जिससे पसीना आकर अति शीघ्र ज्वर उतर जाता है। या कम होकर हल्का हो जाता है।

योग—काला जीरा २ तो०, काली मिर्च २ तो० सेंधा नमक [illegible] तोला, खाड १५ तोला। चारों को पृथक २ पीसकर मिलालें। बस स्वादिष्ट 'तपतोड़' चूर्ण तैयार है।

मात्रा—३ माशा गर्म पानी या चाय के साथ दें।

पाउडर ऑफ एकोनाइट

जब रोगी शक्तिवान हो, नब्ज खूब मोटी चल रही हो, चेहरा लाल हो, आँखों मे सुर्खी हो, सिर मे पीडा हो, ज्वर नया हो, उस दशा मे यह दवा बडा प्रभाव दिखाती है। चू कि विषाक्त दवा है, अतः किसी क्षीण रोगी को कदापि न दें। केवल बच्चों के काम की वस्तु है।

योग—एकोनाइट (वेश बिला मुदविर) १ माशा उत्तम प्रकार का लेकर पक्के खरल में डालकर आँख और मुँह को बचाकर पीसें और खूब मुलायम हो जाने पर ५ तोला शुगर ऑफ मिल्क या दाना चीनी २ तो॰, तबाशीर २ तोला मिलाकर निरन्तर १२ घंटे खरल करके शीशी में डालकर सभाल रखें।

मात्रा—केवल १ रत्ती पानी के साथ। फिनास्टीन और एन्टीफेब्रीन की भांत एक घंटे के अन्दर २ हृदय की बढी हुई धडकन कम होकर ज्वर दूर कर देती है।

हर प्रकार के ज्वर का अगद

यह योग न केवल मलेरिया, अपितु हर प्रकार के ज्वर के लिए लाभप्रद है। जब ज्वर उतरने मे ही न आता हो, उस अवसर पर चमत्कार दिखाती है।

योग—गौदन्ती हरताल भस्म उत्तम विधि से बनी हुई १ तोला (आक से अच्छी बन जाती है) श्वेताभ्रक भस्म १ तोला, उत्तम लोभान कोड़िया—मिलाकर रखलें।

नोट—केवल प्रथम दो भस्में मात्र भी लाभप्रद सिद्ध होती है। कई वार का अनुभव है।

ज्वर की वारी रोकने वाली औषधियां

कुछेक योग जो कि ज्वर की वारी रोकने के लिए विशेष लाभप्रद सिद्ध हुए हैं, गत पृष्ठों पर लिखे जा चुके हैं। शेष यहां अंकित किए जाते हैं—

मुलहठी पुड़िया

बच्चों के लिए .... मीठी कुनैन की प्रतिनिधि

बच्चे कड़ुवी दवा खा नहीं सकते. अत. यह दवा हमने विशेष रूप से बच्चों के लिए तैयार की है। बड़े २ रोगी भी सेवन करके लाभ उठा सकते हैं। मीठी है, बिल्कुल सस्ती और सुन्दर है, परम लाभप्रद है। ज्वर की वारी रोकने के लिए अक्सीर है और विशेषता यह है कि चढे ज्वर मे देने पर भी हानि के वजाय लाभ ही करती है। देखने मे बिल्कुल कुनैन की भांति श्वेत और हल्की है किन्तु स्वाद मे कुनैन की भांति कड़ुवी नहीं है।

योग—आक का दूध आवश्यकतानुसार मिट्टी के कोरे प्याले में डालें और कपड़ा ढक कर छाया मे रख दें। यहा तक कि पडे २ दूध बिल्कुल सूख जाय। इस जमी हुई पपड़ी को चाकू से खुरचकर तोलें और उसमे से १ माशा दवा लेकर चीनी या काच के खरल में डालें और १ तोला चीनी खांड डालकर एक

घंटा खरल करें। फिर ७ तोले ३ माशे चीनी खांड और डाल कर सशक्त हाथों से ८ घंटे खरल करके बोतल मे रखलें।

सेवन विधि व लाभ—इसके लाभ तो असख्य हैं किन्तु यहां हम केवल मलेरिया और उसके उपसर्गों के सम्बन्ध मे हां वर्णन करेंगे। युवा और वृद्ध रोगियों के लिए इसकी मात्रा १ रत्ती से २ रत्ती तक है। केवल पानी या किसी अर्क से ज्वर होने से ३ घटे पूर्व एक पुड़िया और १ घटा पूव फिर एक पुडिया बच्चों को १ चावल से ४ चावल तक। आशा है कि यदि रोगी का पेट साफ करके दी जाय, तो एक दो दिन मे ही ज्वर रुक जायगा। चढ़े ज्वर मे देने से पसीना आकर उतर जाता है।

मलेरिया के उपसर्ग—वमन, दस्त और खासी के लिए भी लाभप्रद है। किन्तु ऐसी दशाओं मे दूध व चावल का भोजन दिन मे तीन २ बार देना चाहिए।

ज्वर रोक पुड़िया

योग—करंजुवा के बीज की गिरी ५ तोला, काली मिर्च २ तोला, फिटकरी की खील २ तोला, सूक्ष्म पीसकर मिला लें।

मात्रा—१ मा० ज्वरागमन से २ घटे पूर्व। अति लाभप्रद है।

मलेरिया अगद

यह वह योग है, जिसे मै दावे के साथ कह सकता हूँ कि कुनैन से किसी प्रकार कम नहीं। अपितु लाभ और मूल्य दोनों के अनुसार उससे उत्तम है। आप भी इसे मलेरिया के दिनों मे बनाकर मुफ्त बांटें और जन-सेवा करें।

योग—भुनी हुई फिटकरी, भुना हुआ सुहागा, नौशादर प्रत्येक तीन-तीन माशा, कलमीशोरा छ. मा०, कद्दू का चूर्ण डेढ़ तो०, सबको एक घटा बारीक पीसकर रखें।

मात्रा—तीन रत्ती से चार रत्ती। चढ़ हुए ज्वर को उतारता और उतरे हुए को रोकता है, पानी, दूध या अर्क सौंफ से दें।

नोट--यह दवा सन् ४२ के भयङ्कर ज्वर-प्रकोप में बड़ी ही लाभप्रद सिद्ध हुई थी, किन्तु है तनिक कड़ुवी और गर्म। अस्तु गर्भिणी स्त्री व कोमल प्रकृति रोगी को न दें।

'ज्वरारि अगद वटी'

(न केवल मलेरिया, अपितु हर प्रकार के ज्वर के लिए)

यह योग हमारे एक मित्र ने जन-हितार्थ प्रकट किया है, जोकि उनके दवाखाने से सैकड़ों रुपये का बना हुआ बिक रहा है। अब आप स्वयं बनाकर लाभ उठावें।

योग--हरित गिलोय एक तो०, चिरायता, नीम के पत्ते, काली मिर्च प्रत्येक ५ तो०, अतीस २ तो०। सबको जौकुट करके ३ सेर पानी में भिगो रखें और फिर आग पर उबालें। जब सारा पानी जलकर केवल पावभर शेष रह जाय, तो मलकर छान लें और निम्न औषधियों का चूर्ण डालकर खरल करें। जब गोलियां बाधने योग्य हो जाय, तो चणक परिमाण की गोलियां बना लें। औषधियां निम्न डालें--

करंजुवा की गिरी ५ तोला, शुद्ध कुनैन १ तो०, शुद्ध सत गिलोय १ तो०, तबाशीर आसमानी १ तो०, रेवन्द उसारा १ तो०, दाना इलायची ६ मा०।

मात्रा--१-१ गोली प्रात. सायं व दोपहर को भी उचित अनुमान से दें। ईश्वर कृपा से हर प्रकार के ज्वरों को जड़ से उखाड़ देगा।

योगोपहार

अब हम अपने पाठकों को वे सहस्त्रों बार के परीक्षित और सफल योग भेंट करते हैं, जो कि हमारे मित्रों ने देश व जन कल्य.ए के लिए भेजे हैं। यदि आप भी देश की सेवा करने के लिए इच्छुक हैं, तो हमें अपने अनुभूत योग भेजिये ताकि हम आगामी सस्करए में उन्हें छाप सकें।

ज्वरघ्न अक्सीरी लवण

नमक शीशा या नमक लाहौरी श्वेत वर्ण का ५ तोला, समुद्र झाग २ तोला, लोहे की कढ़ाई मे रखकर आग मे धौंके, यहा तक कि पानी हो जाय। उतार कर ठडा करें और कूटकर फिर समुद्र झाग २ तोला और सोमल ६ माशा डालकर पुन पूर्ववत् आग में रखकर धौंकनी से धौंकें और चक्कर आ जाने पर उतार लें। फिर समुद्र झाग २ तोला, सोमल ६ माशा डालकर कूटकर उसी तरह करें और पानी की भांति तरल हो जाने पर उतार लें। यही नमक कायम उलनार है जिसे वैद्य लोग ढूढते फिरते हैं। किन्तु हम यहा इसका ज्वरघ्न होना ही बताना चाहते हैं। ज्वर की हर दशा में अक्सीर है।

मात्रा—१ रत्ती पानी या चाय के साथ।

शिंगरफ भस्म—अक्सीर मलेरिया

द्रव्य—शिंगरफ १ तोला की डली, कपूर २ तोला।

विधि—लोहे के तवे पर आधा कपूर रखकर ऊपर शिंगरफ की डली रखदें और फिर शेष आधा कपूर रखकर नीचे आग जलाएं। आग लग जायगी और शिंगरफ भस्म होगी। ठडी होने पर सूक्ष्म पीसकर शीशी मे सुरक्षित रखें।

मात्रा—एक रत्ती खांड में रखकर खिलाएं। यदि ज्वर होने से एक घटा पूर्व इसकी एक मात्रा खिलाकर एक घटा बाद बेरी या तुलसी के दो पत्ते खिलाए, तो ईश्वर कृपा से निश्चय ही ही ज्वर न होगा।

शोरा क़ायम उलनार

शोरा कलमी ५ तोला, काली मिर्च का चूर्ण ३ तोला, १ तो० मिर्च का चूर्ण लोहे के तवे पर रखकर ऊपर शोरा रखें और फिर १ तोला काली मिर्च का चूर्ण रखकर नीचे आग जलाएं। और शोरा के पानी हो जाने पर १ तोला चूर्ण काली मिर्च चुटकी द्वारा समाप्त करदें। फिर ठडा होने पर पीसलें और उसमे इसका आधा नौशादर व उसका आधा करजुवा तथा उसका आधा फुल्फल दराज और उसके समपरिमाण कीकर गोंद पीस कर बना लें।

मात्रा—१ माशा दिन मे तीन बार। यह एक ऐसी अक्सीरी दवा है जो मलेरिया के लिए कुनैन से किसी प्रकार कम नहीं। बनाकर परीक्षा करें।

जौहराजामिया

यह योग भी कुनैन के बराबर काम देता है और विशेषता यह कि नितान्त हानि रहित और हर तबियत के अनुकूल आने वाली वस्तु है। न केवल मौसमी ज्वर, अपितु अन्य प्रकार के कई ज्वरों में भी लाभदायक है। प्रभावक भी कमाल दर्जे का है, पहरों तक प्रतीक्षा नहीं करनी पड़ती। गले से उतरते ही प्रभाव होने लगता है।

योग--नौशादर, कलमीशोरा, प्रत्येक ५ तोला पृथक् २ बारीक पीसकर मिलालें और मिट्टी के कोरे प्याले मे फैला कर रख दें। तथा उस प्याले के ऊपर दूसरा कोरा प्याला जिस का मुंह उसके मुंह पर फिट आ जाय, रखकर माप के गुंधे हुए आटे से अच्छी प्रकार बन्द करके चूल्हे पर रखें और नीचे बेरी की लकड़ी की आध घंटा मन्द २ आंच जलाएं। तत्पश्चात तीन घंटे तक तेज आंच जलाएं। फिर आग बन्द करके जो कुछ प्यालों मे से प्राप्त हो, सूक्ष्म पीसकर रखलें।

सेवन विधि—मात्रा ४ रत्ती प्रात. सायं पानी या उचित अर्क से दें।

लाभ—हर प्रकार के ज्वरों के लिए विशेषकर मौसमी ज्वरों के लिए परम लाभप्रद है।

ज्वर रोक लघु वटिका

ये गोलियां मौसमी ज्वरों की बारी रोकने के लिए बहुत ही

लाभदायक है। ज्वर दैनिक हो, या तृतीयक वा चौथिया, सबके लिए समान गुणकारी है। किन्तु शर्त यह है कि ज्वर १५ दिन पूर्व से आता हो। नए ज्वर के लिए लाभप्रद नहीं, अपितु हानि का भी भय है।

योग—श्वेत सखिया दूधिया, श्वेत कत्था, श्वेत चूना, प्रत्येक ३ माशा, चीनी या कांच के खरल में डालकर पृथक् २ पीसकर मिलाएं और १ घटा नींबू के रस मे खरल करके बाजरे के दाने बराबर गोलियां बनाले।

सेवन विधि—एक गोली ज्वरागमन से दो घंटे पूर्व दें। किन्तु आवश्यक रूप से पहिले कुछेक ग्रास हलुवा, दूध आदि चिकनी वस्तु के दें। ईश्वर कृपा से पहिली ही मात्रा, नचेत दूसरी या तीसरी मात्रा से ज्वर की बारी रुक जायगी।

मलेरिया नाशक चूर्ण—बदल कुनैन

कुनैन का भांति ज्वर की बारी रोकना ही इसका काम नहीं, अपितु फिनैस्टीन की भाति पसीना लाकर ज्वर को उतार देना भी इसका चमत्कार है और फिर कमाल यह, कि अत्यधिक सस्ती और आसानी से बनने वाली वस्तु है। आप भी बनाकर परीक्षा करें और लाभ उठाए।

योग—अफसन्तीन, सोडा सिलीसिलास, करंजुवा की गिरी, उचित परिमाण मे।

विधि—अफसन्तीन और करंजुवा की गिरी को चूर्ण करके सोडा सिलीसिलास मिला लें। बस तैयार है।

मात्रा—४-४ रत्ती प्रातः सायं गरम पानी से दें। दो तीन दिन सेवन करें। ईश्वर कृपा से मलेरिया को जड मूल से उखाड़ कर रख देने वाली वस्तु है।

अक्सीर मलेरियाई ज्वर

निम्न प्रयोग मौसमी ज्वर के लिए शतशोनुभूत है। जोकि ईश्वर कृपा से कभी चूकता नहीं। यह स्मरण रहे कि यदि रोगी को कब्ज हो, तो पहिले उसे दूर कर लें। तदनन्तर इस अक्सीर की २-२ मात्राएं ही स्वस्थ कर देती हैं। कुनैन या इजेक्शन की तलाश नहीं करनी पडती।

योग—नौशादर सत्व, फुल्फलदराज, करञ्जुवा की गिरी, गेरु, समपरिमाण लेकर कूटकर छानकर चने बराबर गोलिया बनाए। मात्रा—१-१ गोली प्रात. दोपहर व सायं उचित अनुपान से। बच्चों के लिए इसकी मात्रा २ चावल से ४ चावल तक शर्वत बनफ्शा, या अर्क गावजवां या पानी के साथ।

मलेरिया अगद

निम्न योग मेरे विशेष योगों मे से है, जिसको सेकडों रोगियों पर अनुभव करके लाभप्रद पाया है। लाहौर के एक मशहूर दवाखाने में अक्सीर बुखार के नाम से चल रहा है।

योग—तवाशीर, छोटी इलायची का दाना, सत गिलोय, करञ्जुवा की गिरी, श्वेताभ्रक भस्म, श्यामाभ्रक भस्म, गौदन्ती हरताल भस्म, प्रत्येक ६ मा०, कुनैन सल्फास ४ रत्ती, यू कुनीन २ रत्ती, सबको पीसकर चूर्ण बनाए।

मात्रा—२ से ४ रत्ती तक अर्क गावजवां या शर्बत वनफशा से ।

अक्सीर तप

ज्वर के मौसम में कलानूर जि० गुरदासपुर जाना हुआ यहां ज्वर बहुत फैला हुआ था। ज्वर के साथ प्रायः लोग वमन, तृषा, बेचैनी आदि से पीड़ित थे, जिसमे निम्न योग अत्यधिक लाभप्रद सिद्ध हुआ—

योग—करंजुवा की गिरी ५ तोला, अतीस ५ तोला फुल्फल दराज, फुल्फल स्याह १-१ तोला, सबका बारीक चूर्ण करलें और निम्नांकित क्वाथ में खरल करके (चिरायता, शुष्क गिलोय, नीम के पत्ते प्रत्येक ५ तोला दो सेर पानी मे पकाएं । जब पाव भर पानी शेष रह जाय, तो छानकर उसमे दवाए खरल करें) जहर मुहरा खताई, तबाशीर एक तोला डालकर चने बराबर गोलियां बनालें ।

एक-एक गोली प्रातः सायं उचित अनुपान से दिया करें ।

करंजुवा वटी

ये गोलियां कई बार की परीक्षित और विश्वस्त हैं ।

करंजुवा की गिरी १ तोला, दार फुल्फल ५ तोला, श्वेत जीरा २ तोला, वर्ग मगीलां ४ तोला सबको कूट छानकर चने बराबर गोलिया बनाए ।

१-१ गोली दिन मे तीन बार शर्बत वनफशा या बजूटी शिकजवीन के साथ सेवन कराए ।

कफज व वातज ज्वर का अनुभूत योग

योग—कासनी, कशनीज खुश्क, प्रत्येक १-१ तोला, अजमूद ६ माशा, पीपल ६ मा, सब द्रव्यों के तीन भाग करें। एक भाग एक छटांक पानी में रात को भिगोदें। प्रातः मल छानकर खमीरा बनफ्शा २ तोला घोलकर पीएं। निरन्तर ३ दिन के सेवन से ज्वर दूर हो जाता है। प्रायः एक मात्रा में ही लाभ हो जाता है। किन्तु सुरक्षार्थ तीन दिन सेवन करें।

मलेरिया की सफल चिकित्सा पद्धति

मलेरिया क्या है ? इस पर कुछ कहने को जी चाहता है। किन्तु कार्य भार की अधिकता के कारण इस विषय पर विस्तृत विवेचन करना असम्भव सा हो रहा है। यदि मुझे इतना अधिक बाध्य न किया जाता, यो सम्भवत ये पक्तियां भी प्रकाशित न हो सकतीं। अस्तु नीचे हम अपनी सात वर्ष की अनुभूत और सफल चिकित्सा पद्धति अंकित करते हैं। सम्भव है, कई भाई इससे लाभ का सामान पा सकें।

मलेरिया की चिकित्सा मे हमारे ३ सिद्धान्त रहे हैं:—

१—आमाशय की शुद्धि।

२—उपसर्गों का शमन।

३—चढ़े ज्वर को उतारना और बारी को रोकना।

(अ) आमाशय की शुद्धि मलेरिया मे परमावश्यक है।

प्राय: ही कब्ज और आमाशय की विकृति उत्तमोत्तम औपधियों और चिकित्सा को असफल करके रोगी की परेशानी और चिकित्सक की बदनामी का कारण बन जाती है। इसके लिए प्राय: मगनेशिया साल्ट अनुभूत और प्रचलित है। यद्यपि उससे आमाशय का दूषित द्रव्य निकलकर ज्वर मे कमी हो जाती है। किन्तु यदि आमाशय में सुद्दे हों, तो वे ज्यों के त्यों रहते हैं, जिनसे आमाशय और यकृत दोनों विकृत हो जाते हैं। थोड़े ही कालोपरान्त प्लीहा वृद्धि और लगातार ज्वर प्रारम्भ हो जाता है। हा यदि सुद्दे न हों तो मगनेशिया साल्ट से तबियत साफ होकर साधारण दवाओं से ही ज्वर दूर हो जाता है। हमारी चिकित्सा इस प्रकार है, कि अगर सुद्दे हों और आंतों में अवरोध हो, तो बनफशा १ तोला, उन्नाव ७ नग, गुलाब के फूल ५ माशा, सनाय की पत्ती ६ माशा, निर्बीज मुनक्क ५ नग, का क्वाथ पिलाकर तबियत को हल्का सा विरेचन दे लिया जाता है। तद-नन्तर गौदन्ती भस्म २ रत्ती, शर्बत बनफशा के साथ प्रात. सायं इससे रोगी अति शीघ्र स्वस्थ हो जाता है।

(ब) यदि ज्वर के साथ अन्य उपसर्ग यथा तीव्र सिर-पीड़ा हो, तो उसके लिए गौदन्ती भस्म के साथ एस्प्रीन एक रत्ती, फिनास्टीन एक रत्ती, कैफिन साइट्रास ¼ रत्ती दे देने से १० मिनट के भीतर २ रोगी को चैन प्राप्त होकर आराम मिल जाता है। उस दशा में यह दवा शर्बत बनफशा ४ तोला, अर्क गाव-जवां १ तोला के साथ देदी जाय, तो बहुत लाभप्रद सिद्ध होती है।

तृषा धिक्य--मलेरिया रोगी को प्यास बहुत लगती है। यदि उपरोक्त विधि से चिकित्सा की जाय, तो ईश्वर कृपा से ६-७ घंटे में सारे उपसर्ग दूर हो जाते हैं किन्तु यदि फिर भी रोगी प्यास से बेचैन हो, तो उस के लिए परम लाभप्रद व सुगम विधि यह है कि खश ५ माशा, हरी इलायची तीन नग, शाहत्रा १ माशा, दो सेर पक्के पानी में उबालकर ठंडा करके एक दो बार एक २ छटांक पिलाने से तृपाधिक्य मिट जाती है। ऐसी दशा मे यदि प्रकृति कब्ज न हो, तो आलूबुखारा का मुह में रखना भी परम हितकर है।

वमन व जी मिचलाना—किसी २ मलेरिया मे वमन व जी मिचलाना अधिक पैदा हो जाता है। उसके लिए सरल विधि तो यह है कि शाहत्रा १ माशा को एक सेर पानी में उबाल लिया जाय। इसका एक-एक घूंट आधे घण्टे के अन्तर से कै व जी मिचलाहट को रोक देता है। या उसकी जगह वायनम एकी-कॉक (यूपैथिक) एक बूंद एक औंस पानी मे मिलाकर दो तीन बार पिला दीजिए।

यदि किसी अवस्था मे वमन बन्द न हों, तो पावडर ऑफ आरसेनिक (जिसका विस्तृत विवरण 'देहाती अनुभूत योग संग्रह' के प्रथम भाग मे लिखा जा चुका है) की एक मात्रा अक्सीर से कम नहीं होती।

नोट—आरसेनिक की मितली एक विशेष लक्षण रखती है यदि उसका ध्यान रखा जाय, तो न केवल यह कि प्यास दूर

हो जायगी, अपितु ज्वर भी दूर हो जायगा। वह लक्षण यह है कि रोगी तेज प्यास तो प्रगट करे, किन्तु एक दो घूंट से अधिक पानी न पी सके और आमाशय स्थल पर जलन प्रकट करे।

अगर तीव्र प्यास के साथ अतिसार की शिकायत भी हो तो 'आनन्दप्रद चूर्ण' जिसका वर्णन 'देहाती अनुभूत योग सग्रह' में लिखा जा चुका है, परम लाभप्रद सिद्ध होता है। इसके सेवन से तीनों ही उपसर्ग शात होकर रोगी को आराम मिल जाता है।

मलेरिया के उपसर्ग--मलेरिया का पूरा आक्रमण सारे शरीर मे कष्ट उत्पन्न कर देता है। कभी सारे वदन मे दर्द होता है। यद्यपि पूर्वोक्त एस्प्रीन से कुछ घटों के लिए आराम हो जाता है, किन्तु कभी पुन. प्रारम्भ हो जाता है। रोगी अपने को थका हुआ अनुभव करता है। मानो कि उसका शरीर चूर २ हो रहा हो। उस सयय पाशोया करना परमहितकर सिद्ध होता है। पहिले समय में हरेक मनुष्य सबसे अधिक ध्यान परमात्मा पर रखता था, उसके बाद अपने स्वास्थ्य पर। किन्तु आज के युग मे इन शोषक पूंजीपतियों ने हम गरीबों को न तो इस योग्य ही छोडा कि हम ईश्वर का ध्यान कर सकें और न ही इस योग्य कि हम अपने स्वास्थ्य की ओर ध्यान दे सकें। यही कारण है, कि आजकल बहुत ही सूक्ष्म चिकित्साए देश भर में प्रचलित हैं। चूंकि यहां हमारा सम्बन्ध मलेरिया और उसके उपसर्गों से है, अत. हम अपने प्रिय पाठकों से निवेदन करेंगे कि वे भी

प्रकृति की दी हुई अनुपम देनों से लाभ उठाएं। इस सम्बन्ध में देहाती फार्मेसी द्वारा प्रकाशित 'देहाती प्राकृतिक चिकित्सा' नामक पुस्तक आपकी बहुत ही सहायता करेगी। क्योंकि उसमें प्राकृतिक वस्तुओं यथा नीम, बबूल, पीपल, बरगद, मूली, गाजर आदि से ही सर्व रोगों की सफल चिकित्सा करना बताया गया है। गरीबों के लिए अपने प्रकार की एक ही पुस्तक है।

इसके अतिरिक्त आपको कुछेक चुनी हुई औषधियां भी बताता हूं, ताकि आवश्यकता के समय आप तत्काल लाभ उठा सकें। शरीर तथा हड्डियों के हर प्रकार के ज्वर को दूर करने के लिए होमियोपैथिक ढग से बनी हुई दवा आर्निकामान्ट न० ३० (Arnicamant 30) दो बूंद पानी में मिलाकर दे दें। तत्काल पीड़ा बन्द हो जाती है। किन्तु चोट लगने की पीड़ा के लिए रस्टॉक्स ३० (Rustox 30) देना चाहिए।

खुशखबरी

यह शुभ सूचना सुनाते हुए हमें परम हर्ष है कि मे० देहाती फार्मेसी, मु० पो० कासन, जिला गुड़गांवाँ ने अपनी फार्मेसी में आयुर्वेदिक औषधियों के अतिरिक्त होमियोपैथिक औषधियों का भी प्रबन्ध कर लिया है। चूंकि होमियोपैथिक चिकित्सा आधुनिक चिकित्साओं में सर्वश्रेष्ठ मानी जाती है, क्योंकि इसकी औषधियां तत्क्षण प्रभाव दिखाती हैं, अस्तु पाठकगण

आवश्यकता के समय औषधियां मंगा सकते हैं। वहां से उचित मूल्य पर मिल सकेंगी।

कम्प—मलेरिया कम्प से ही होता है, इसके लिए आमाशय शुद्धि के बाद गौदन्ती भस्म २ रत्ती, प्रातः साय शर्बत वनफशा या वजूरी से दें दें। काफी है।

कम्प के लिए कुनैन भी लाभदायक है, किन्तु आजकल यह असफल सिद्ध हो रही है। अस्तु एक और अनमोल योग सुन लीजिए और बनाकर स्वास्थ्य यश व धनोपार्जन कीजिए।

गुलाबी पाउडर—शिगरफ रूमी, सोमल श्वेत उचित परिमाण में लेकर पानी से रगड़कर टिकिया बनाएं और तवे पर रखकर ऊपर प्याला औंधा करके नीचे आग जलावें। एक घंटे मन्द आंच जलाते रहें। तदनन्तर खरल में बारीक करके सुरक्षित रखलें। कम्प से पूर्व या प्रारम्भ होते ही एक तिनका मुनक्का में डालकर दे दें, बस कम्प दूर हो जायगा।

बारी—बारी रोकने के लिए हमारी पद्धति यह है कि नागा के दिन मृदु विरेचन देकर बारी के दिन ज्वरागमन से पूर्व 'पाउडर ऑफ आरसेनिक' शर्बत उन्नाव या सादा पानी से दे दिया जाय। इसका प्रभाव ईश्वर कृपा से कुनेन से बढ़कर ही रहा है। यदि यह तैयार न हो, तो 'अक्सीर बारी' प्रयोग में लाएं:—

अक्सीर बारी

छोटी इलायची का दाना ३ मा०, जाज अहमर ३ माशा, चूर्ण बनाकर १-१ माशा, प्रातः दोपहर सायं-शर्बत उन्नाव या सादा पानी से दे दीजिए। ईश्वरेच्छया प्रथम दिवस ही ज्वर रुक जायगा।

लाख रुपए का एक ही योग

मलेरिया और उसके उपसर्गों का अद्वितीय इलाज

तीन प्रसिद्ध औषधालयों का गुप्त रहस्य

ये लोग लेखक के प्रशासनीय प्रयत्न से ही लाखों लोगों के कल्याणार्थ प्रकाशित हो सके हैं, जो कि लाखों रोगियों पर अनुभूत हो चुके हैं। ये योग तीन सुप्रसिद्ध औषधालयों के गुप्त रहस्य हैं, जिन्हें ईश्वर ही जाने, किन २ प्रयासों से प्राप्त किया गया है।

लीजिए योग प्रस्तुत है। ईश्वर कृपा से इसके होते हुए मलेरिया के लिए आपको और किसी योग की आवश्यकता नहीं पड़ेगा।

योग—जमालगोटा मुद्दविर १ तोला, करंजुवा की गिरी १ तोला, तबाशीर असली ६ माशा, सत गिलोय १ तोला, फुल्फल स्याह १ तोला, छोटी इलायची का दाना ३ माशा, सोडा सिली सिलास ६ माशा, फिनास्टीन १ तोला, गेरु ६ माशा, बारीक

पीसकर रोगन बादियान के साथ आवश्यकतानुसार गोलियां बना लें।

१-१ गोली प्रातः दोपहर व सायं शर्बत बनफशा या सादा पानी के साथ दें। ईश्वर कृपा से २-३ दस्त आकर तबियत साफ हो जायगी और ज्वर पहिले ही दिन दूर हो जायगा। अन्य उपसर्ग भी मिट जायगे।

यदि कठिन कोष्ठबद्धता हो, तो २ से ३ गोली तक सशक्त पुरुष को सोते समय ताजा पानी से दें। प्रातःकाल उठते ही सारा दूषित द्रव्य बिना किसी कष्ट के निकल जायगा।

॥ इति शुभम् ॥

हर प्रकार की पुस्तकें वी० पी० द्वारा मंगाने का पता—

देहाती पुस्तक भण्डार, चावड़ी बाजार, दिल्ली-६

मुद्रक—यादव प्रिन्टिङ्ग प्रेस, बाजार सीताराम, दिल्ली।

गेहूं के पौधे में रोगनाशक अपूर्व गुण

गेहू का प्रयोग हम सभी लोग बारहो मास भोजन मे करते रहते है, पर उसमे क्या गुण है, इस पर लोगो ने बहुत कम विचार किया है। मोटे तौरसे हम लोग इतना ही जानते है कि यह एक उत्तम शक्तिदायक खाद्य-पदार्थ है। कुछ वैद्यो ने यह भी पता लगाया है कि मुख्य शक्ति गेहू के चोकर मे है, जिसे प्राय लोग आटा छान लेने के बाद फेंक देते हैं अथवा जानवरो को खाने को दे देते है, स्वय नही खाते हैं। हम हानिकारक महीन आटा या मैदा खाना पसन्द करते हैं और लाभदायक चोकर-सहित मोटा आटा खाना पसन्द नही करते। फल यह होता है कि शक्तिरहित गूदा (मैदा) खाते रहने से हमलोग जीवन भर अनेक प्रकार की बीमारियो से पीड़ित रहा करते है। प्राकृतिक चिकित्सक लोग प्राय चोकर सहित आटा खाने पर जोर देते हैं, जिससे पेट की तमाम बीमारिया अच्छी हो जाती हैं। 24 घटे भिगोकर सवेरे गेहू का नाश्ता करने से अथवा चोकर का हलुआ खाने से शक्ति आती है। फिर भी लोग झझट से बचने के लिये डाक्टरी दवाइयो के फेर मे अधिक रहते हैं; जिनके सेवन से नयी-नयी बीमारिया दिनो दिन बढती जा रही हैं, फिर भी लोग चेतते नही हैं। स्त्रिया तो विशेषकर दवा की भक्तिनी हो गयी हैं। घर में रोज काम मे आने वाली और भी अनेक चीजे हैं, जिनके उचित प्रयोग से अनेक साधारण बीमारिया अच्छी हो सकती हैं, जिन्हे कि हमारी बड़ी-बूढ़ी माताएं अधिक जानती थी, पर आजकल की नयी स्त्रिया

उनके वनाने के झंझट से वचने के लिए वनी-वनायी दवाइयो का प्रयोग ही ज्यादा पसन्द करती हैं, फिर चाहे उनसे दिन-दिन स्वास्थ्य गिरता ही क्यो न जाए।

इसी उपर्युक्त गेहू के सम्बन्ध मे आज हम एक नयी वात वताना चाहते हैं—

अभी हाल मे अमरीका की एक महिला डाक्टर ने गेहू की शक्ति के सम्वन्ध मे वहुत अनुसन्धान तथा अनेककानेक प्रयोग करके एक वडी पुस्तक लिखी है, जिसका नाम है "Why suffer? Answer... Wheat Grass Manna" यह पुस्तक आपको 'महात्मा गाधी' निसर्गोपचार आश्रम, पोष्ट उरुलीकाचन, जिला पूना से मिल सकती है। पहले इसका मूल्य तीस रुपये था। इसकी लेखिका हैं, डा० ए० विरामोर, D D N D., P S.D , P.W D,; S M D. वगैरह— उसमे उन्होने अपने सब अनुसन्धानो का पूरा विवरण दिया है। उन्होने अनेकानेक असाध्य रोगियो को गेहू के छोटे-छोटे पौधो का रस (Wheat Grass Juice) देकर उनके कठिन से कठिन रोग अच्छे किये हैं। वे कहती है कि 'ससार मे ऐसा कोई रोग नही है जो इस रस के सेवन से अच्छा न हो सके। कैंसर के वडे-वडे भयकर रोगी उन्होने अच्छे किये है, जिन्हे डाक्टरो ने असाध्य समझकर जवाव दे दिया था और वे मरणप्राय अवस्था मे अस्पताल से निकाल दिए गए थे। ऐसी हितकर चीज यह अद्भुत Wheat Grass

Juice सावित हुई है। अनेकानेक भगदर, ववासीर, मधुमेह, गठिया-वाय, पीलियाज्वर, दमा, खासी वगैरह के पुराने से पुराने असाध्य

रोगी उन्होने इस साधारण से रस से अच्छे किये हैं। वुढापे की कम-
जोरी दूर करने मे तो यह रामवाण ही है। भयकर फोडो और घावो
पर इसकी लुगदी वाधने से जल्दी लाभ होता है। अमेरिका के अनेका-
नेक वडे-वडे डाक्टरो ने इस वात का समर्थन किया है और अव
वम्वई और गुजरात प्रान्त मे भी अनेक लोग इसका प्रयोग करके
लाभ उठा रहे हैं।

इस अमृत-समान रसके तैयार करने की विधि भी उक्त महिला
डाक्टर ने विस्तार पूर्वक लिख दी है, ताकि प्रत्येक साधारण मनुष्य
भी इसे तैयार करके स्वय लाभ उठा सके और दूसरे अन्य रोगियो
को भी लाभ पहुचा सके। इस रस को लोग Green Blood की
उपमा देते हैं, कहते हैं कि यह रस मनुष्य के रक्त से 40 फीसदी मेल
खाता है। ऐसी अद्भुत चीज आज तक कही देखने-सुनने मे नही
आयी थी। इसके तैयार करने की विधि वहुत ही सरल है। प्रत्येक
मनुष्य अपने घर मे इसे आसानी से तैयार कर सकता है। कही इसे
मोल लेने जाना नही पडता, न यह पेटेंट दवा के रूप मे विकती है।
यह तो रोज ताजी वनाकर ताजी ही सेवन करनी पडती है।

इस रसके बनाने की विधि इस प्रकार है

आप 10-12 चीडके टूटे-फूटे वक्सो मे, वासकी टोकरी मे अथवा
मिट्टी के गमलो मे अच्छी मिट्टी भरकर उनमे प्रति दिन वारी-वारी
से कुछ उत्तम गेहूं के दाने वो दीजिए और छाया मे अथवा कमरे या
वरामदे मे रखकर यदाकदा थोडा-थोडा पानी डालते जाइये, धूप न
लगे तो अच्छा है। तीन-चार दिन वाद पेड उग जायेगे और आठ-
दस दिन के वाद वीता-डेढ-वीता (7-8 इच) भरके हो जायेंगे, तव
आप उसमे से पहले दिन के वोए हुए 30-40 पेड जड सहित उखाड
कर जड़ को काटकर फेक दीजिए और वचे हुए डठल और पत्तियो

को (जिसे Wheat Grass कहते है) धोकर साफ सिलपर थो पानी के साथ पीसकर आधे गिलास के लगभग रस छानकर तैया कर लीजिये और रोगी को तत्काल वह ताजा रस रोज सवेरे पिल दीजिये। इसी प्रकार शामको भी ताजा रस तैयार करके पिलाइये-

बस आप देखेंगे कि भयकर-से-भयकर रोग आठ-दस या पन्द्रह बी दिन बाद भागने लगेगे और दो-तीन महीने मे वह मरणप्राय प्राण एकदम रोगमुक्त होकर पहले के समान हट्टा-कट्टा स्वस्थ मनुष्य ह जायेगा। रस छानने मे जो फूजला निकले उसे भी आप नमक वगैर डालकर भोजन के साथ खा ले तो बहुत अच्छा है। रस निकालने झझट मे से बचना चाहे तो आप उन पौधो को चाकू से महीन-मही काटकर भोजन के साथ सलाद की तरह भी सेवन कर सकते हैं परन्तु उसके साथ कोई फल न मिलाये जाये। साग-सब्जी मिलाक खूब शौक से खाइये, आप देखियेगा कि इस ईश्वरप्रदत्त अमृत सामने डाक्टर-वैद्यो की दवाइया सब बेकार हो जायेगी, ऐसा उ महिला डाक्टर का दावा है।

गेहू के पौधे 7-8 इच से ज्यादा बडे न होने पाये, तभी उन्हे काम मे लाया जाय। इसी कारण 10-12 गमले या चीड़के बक्स रखक

वारी-वारी (प्राय: प्रति दिन दो-एक गमलो मे) आपको गेहू के दाने वोने पडेगे। जैसे-जैसे गमले खाली होते जाय, वैसे-वैसे उसमे गेहू वोते चले जाइये। इस प्रकार यह गेहू घर मे प्राय वारहो मास उगाया जा सकता है।

उक्त महिला डाक्टर ने अपनी प्रयोगशाला मे हजारों असाध्य रोगियो पर इस Wheat Grass Juice का प्रयोग किया है और वे कहती है कि उनमे से किसी एक मामले मे भी असफलता नही हुई।

रस निकाल कर ज्यादा देर नही रखना चाहिए। ताजा ही सेवन कर लेना चाहिए। घण्टा-दो-घण्टा रख छोड़ने से उसकी शक्ति घट जाती है और तीन-चार घण्टे वाद तो वह बिलकुल व्यर्थ ही हो जाता है। डठल और पत्ते इतनी जल्दी खराव नही होते। वे एक-दो दिन हिफाजत से रक्खे जाय तो विशेप हानि नही पहुचती।

इसके साथ-साथ आप एक काम और कर सकते हैं, वह यह कि आप आधा कप गेहू लेकर धो लीजिये और किसी वर्तन मे डालकर उसमे दो कप पानी भर दीजिये, वारह घण्टे वाद वह पानी निकाल कर आप सवेरे-शाम पी लिया कीजिये। वह आप के रोग को निर्मूल करने मे और अधिक सहायता करेगा। वचे हुए गेहू आप नमक-मिर्च डालकर वैसे भी खा सकते है अथवा पीसकर हलुवा वना कर सेवन कर सकते है अथवा सुखाकर आटा पिसवा सकते है—सब प्रकार लाभ-ही-लाभ है।

ऐसा उपयोगी है यह रोज काम मे आने वाला गेहूं। उपर्युक्त अग्रेजी पुस्तक की लेखिका ने बहुत प्रसन्न मन से सबको छूट दे

रक्खी है कि ससार मे चाहे जो व्यक्ति इस अमृत का प्रयोग करके लाभ उठावे और लोगो मे प्रचार करे, जिससे सब लोग सुखी हो।

मालूम होता है हमारे ऋषि-मुनि लोग इस क्रिया को पूर्णरूप से जानते थे। उन्होने स्वास्थ्य की रक्षा करने वाले पदार्थों को नित्य के पूजा-विधान मे रख दिया था, जिससे लोग उन्हे भूल न जाये और नित्य ही उनका प्रयोग करते रहे। जैसे तुलसीदल, बेलपत्र, चन्दन, गगाजल, गोमूत्र, तिल, धूप-दीप, रुद्राक्ष वगैरह२। इसी प्रकार पूजाओं मे जौ का प्रयोग और जौ वो कर उसके पौधे उगाना भी पूजा का एक विधान रक्खा था, जो प्रथा आज तक किसी-न-किसी रूप में चली आ रही है। गेहूं और जौ में बहुत अन्तर नही है। बहुत सम्भव है, जौ के छोटे-छोटे पौधो मे जीवन शक्ति अधिक हो, और सम्भव है, इसी से पूजा मे जौ को ही प्रधानता दी गई हो परन्तु हम लोग इन स्वास्थ्यवर्द्धक चीजो को केवल पूजा की सामग्री समझकर उनका नाममात्र को प्रयोग करते है—स्वास्थ्य के विचार से यथार्थ मात्रा में उनका सेवन करना हम भूल ही गये है।

ऐसा है यह गेहू के पौधो मे भरा हुआ ईश्वरप्रदत्त अमृत। लोगों को चाहिए कि वे इस अमृत का सेवन कर स्वय सुखी हो और लाभ मालूम हो तो परोपकार के विचार से इसका यथाशक्ति प्रचार करके अन्य लोगो का कल्याण करे और स्वय महान् पुण्य के भागी हो।

गेहू के पौधे का रस पीने से बाल भी कुछ समय के बाद काले हो जाते हैं। शरीर मे ताकत बढती है। मूत्राशय का कष्ट भी ठीक हो जाता है। भूख खूब लगती है। आखो की ज्योति बढती है। विद्यार्थियो

का शारीरिक व मानसिक विकास खूब होता है और स्मरण शक्ति बढती है। छोटे बच्चो को भी यह रस दिया जा सकता है। छोटे बच्चो को पाच-पाच बूद देना चाहिए।

जिस मिट्टी मे गेहू बोया जाय, उसमे रासायनिक खाद नही होना चाहिये।

रस धीरे-धीरे पीना चाहिए। रस बनने पर तुरन्त पी लेना चाहिए। तीन घण्टे मे उसके पोषक गुण दूर हो जाते हैं। रस लेने के पूर्व तथा बाद मे एक घण्टे तक कुछ भी न खाया जाय। शुरू मे कइयो को उल्टी होगी और दस्त लगेगे तथा सर्दी मालूम पडेगी। यह सब रोग होने की निशानी है। सर्दी, उल्टी या दस्त होने से शरीर में एकत्रित मल बाहर निकल जावेगा, इसमे घबराने की जरूरत नही है। रस मे अदरक अथवा खाने के पान मिला सकते हैं, इससे

स्वाद तथा गुण मे बढती हो जाती है। रस मे नींबू अथवा नमक नहीं मिलाना चाहिए।

यह रस लेने वालो का अनुभव है कि इससे आंखें, दांत और बालो को बहुत फायदा होता है और कब्जियत की बीमारी नहीं रहती। इस रस के सेवन मे कोई हानि नहीं होती। इसका सेवन करते समय सादा भोजन ही लेना चाहिए। तली हुई वस्तुए नहीं खानी चाहिए।

जिन भाइयो को लाभ पहुचे वे प्रकाशक को अपने अनुभव लिख कर भेजे ताकि दूसरो को बताया जा सके।